

فَنِه شِفَاؤُ النَّاسِ

طِبِّ نَبِيِّ الْكَرَمِ
وَسَلَّمَ
وَالْحَمْدُ
لِلَّهِ
صَلَّى

مَدَامِل

مَدَامِل

طِبِّ سَيِّدِ حَيِّدِ مَهْدِيْ لِقَوِيْ

مَدَامِل

مَوْلَانَا سَيِّدِ تَلْمِيْذِ حَسَنِ رَضَوِيْ

(۱۴۱۷ھ فاضل مشرقیات)

عقب حبیب بیگ

ایشن روڈ حیدرآباد

مصطفیٰ پبلیکیشنز

پیش لفظ



بزرگ و برتر کا لاکھ لاکھ شکر ہے کی میری مرتب کردہ

کتاب "طب امام رضا علیہ السلام" کو اتنی مقبولیت حاصل ہوئی کہ اتنے قلیل عرصے میں اس کے تین ایڈیشن

طبع ہوئے اور فروخت ہو گئے۔ اور چوتھا ایڈیشن اب زیر طبع ہے۔ میری کتاب سے پہلے بھی طب امام رضا کے کئی ترجمے طبع ہو چکے ہیں مگر ان کو وہ شہرت و مقبولیت حاصل نہ ہو سکی جو اپنے وطن عزیز اور غیر ممالک میں اس حقیقہ کی مرتب کردہ کتاب کو ملی۔ اطباء حضرات اور علما کرام نے اس کو بڑی قدر کی نگاہ سے دیکھا اور میری کاوشوں کو سراہتے ہوئے میری حوصلہ افزائی فرمائی۔

طب امام رضا کو ترتیب دینے کے بعد میں نے "طب نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم اور طب الانبیا معصومین علیہم السلام" کے مجموعے کو مرتب کرنا شروع کر دیا تھا مگر مسائل کی کثرت اور وسائل کی قلت اور دیگر نامساعد حالات کی بنا پر اور میری بے بسا عی کی وجہ سے اس میں کافی تاخیر ہو گئی۔

خداوند کریم کے فضل و کرم سے طب نبی اکرم کی جلد اول پیش خدمت ہے اور جلد دوم نیز زیر ترتیب ہے۔ جلد اول کو میں نے جب ذیل ابواب میں تقسیم کر دیا ہے

جملہ حقوق طباعت و اشاعت بحق ناشر و مرتب محفوظ

نام کتاب _____ - طب نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم

مرتبہ _____ - ڈاکٹر سید حمید سہدی نقوی

مقدمہ و نظر ثانی _____ مولانا سید محمد تنین رضوی
(ایم اے گولڈ میڈلسٹ)

پہلی بار - ۱۰۰۰ - جون ۱۹۸۵ء

دوسری بار - ۱۰۰۰ - ستمبر ۱۹۸۶ء

تیسری بار - ۱۰۰۰ - جون ۱۹۹۰ء

چوتھی بار - ۱۰۰۰ - اپریل ۱۹۹۲ء

قیمت _____ روپے

معائنہ نشر و اشاعت - ۱

نجمہ عابد
مصطفیٰ علی
رجب علی

اسٹاکسٹ _____ افتخار بکٹ ڈپو چوک اسلام پورہ لاہور

الَّذِي أَنْزَلَ الدَّاءَ أَنْزَلَ الشِّفَاءَ

اللہ وہ ہے کہ جس نے بیماری کو بھی امارا اور شفا کو بھی نازل کیا۔
دوئسے مقام پر ارشاد ہو رہا ہے۔

کہ خداوند عالم نے ہر بیماری کی دوا کو پیدا کیا ہے سو نے موت کے ۔

آنحضرت نے ان دونوں احادیث کو بیان فرما کر صاحبانِ علم و فہم و بصیرت کو تحقیقات کی راہ مستقیم دکھلا دی کہ دیکھو۔ کوئی مرض لا علاج نہیں ہے۔ خداوند کریم نے ہر مرض کی دوا کو نازل کیا ہے۔ ذرا غور و فکر کرو۔ تحقیق کرو۔ چنانچہ یہ بات روزِ مرقہ کے مشاہدات میں ہے کہ آج سے ایک سو سال پہلے جن اسرارِ من کو لا علاج اور بھیاٹک مودی تصور کیا جاتا تھا وہ اب قابلِ علاج ہیں۔ اور ان کے مرض کے لئے ادویہ ایجاد ہو گئی ہیں اور مزید تحقیقات ہو رہی ہیں اور کیسٹر جیسے مودی مرض پر قابو پانے کی کوششیں جاری ہیں۔ اور حضور اکرمؐ کے دہن مبارک سے نکلے ہوئے کلمات کی آج کی جدید سائنس مہر تصدیق ثبت کر رہی ہے کہ خدا نے ہر مرض کی دوا کو پیدا کیا ہے :

حضرت یغیا کریمؑ نے آج سے چودہ سو سال پہلے یہ ارشاد فرما کر
لَا تَبْتَئُوا الْقِيَامَةَ فِي بُيُوتِكُمْ وَإِنَّمَا
مَقْعَدُ الشَّيْطَانِ

- ۱۔ کھانے پینے کے آداب
- ۲۔ امراض و علاج
- ۳۔ ادویہ و اغذیہ
- ۴۔ بعض امراض اور ان کی
- ۵۔ مضمرات صحت

جلد دوم بھی انشاء اللہ جلد ہی طبع کرنے کی کوشش کی جائے گی، اور
 امراض وعلاج، ادویہ واغذیہ کے ابواب کے علاوہ نئے ابواب کا اضافہ بھی
 شامل کر دیا جائے گا۔

شامل کر دیا جائے گا۔
یوں تو طلبِ نبی اکرمؐ کے موضوع پر بہت سی کتابیں لکھی جا چکی ہیں۔ اور ان سے لوگوں نے استفادہ بھی حاصل کیا۔ لیکن میرا اس کتاب کو مرتب کرنے کا مقصد ہے کہ آج کے ترقی یافتہ سائنسی دور میں جو تحقیقات و مشاہدات منظرِ عام پر آ رہے ہیں ان سب کا سہرا اہم غیر مسلموں کے سرِ باندھ رہے ہیں۔ حالانکہ اگر ہم بنظرِ کتبِ اسلامی کا مطالعہ کریں تو معلوم ہوتا ہے کہ جدید تحقیقات جو ہمارے سامنے آ رہی ہیں ان کا انکشاف تو چودہ سو سال پہلے حضرت محمدؐ و آلِ محمد علیہم السلام کر دیا تھا۔ اس دور کے لوگوں نے اس پر زیادہ غور و فکر نہیں کیا۔ جیسے جیسے دنیا ترقی کر رہی تھی۔ اس منہ لیں طے کرتی چلی آ رہی ہے اور کچھ باتیں اب ہماری سمجھ میں آ رہی ہیں۔ اور کچھ ایسی ہیں کہ اب تک ان کی تحقیق تک نہیں ہو چکی اور نہ ہم نے ترقی یافتہ دور میں ان انکشافات پر تحقیق کرنے کی سعی و کوشش کی، اور جو غیر مسلموں کی تحقیقات کی ہیں ان کو تسلیم کرتے چلے آ رہے ہیں، ہادی برحق اور ان کے ادھی



ایک شامی نے حضرت علی کرم اللہ وجہہ سے سورج کے طول و عرض کے متعلق سوال کیا تو آپ نے فرمایا۔

تسعمائة فرسخ في تسعمائة فرسخ = ۹۰۰ × ۹۰۰ فرسخ

یعنی نو سو فرسخ کو نو سو فرسخ سے ضرب دو جو حاصل ضرب دو سو فرسخ ہوگا وہی سورج

کا طول و عرض ہے

یعنی ۹۰۰ × ۹۰۰ = ۸۱۰۰۰۰ فرسخ

ایک فرسخ = ۳ میل = ۱/۲۰ میل

۸۱۰۰۰۰ فرسخ = ۲۰۵۰۰۰ × ۱/۲۰ = ۱۰۲۵۰۰ میل

= ۲۸۳۵۰۰ میل

حضرت علی علیہ السلام سے ایک شخص نے سورج کی مسافت دریافت کی تو آپ نے ارشاد فرمایا۔ ملاحظہ ہو۔

کہ گھوڑے کی پانچ سو برس کی مسافت جتنی سورج کی زمین سے مسافت ہے، عربی گھوڑے کی اوسط رفتار ۲۲ میل فی گھنٹہ ہے اس لحاظ سے مندرجہ ذیل مسافت حاصل ہوتی ہے۔

ایک دن اور رات کی مسافت ۲۲ × ۲۲ = ۵۲۸

ایک ماہ کی مسافت ۲۲ × ۳۰ = ۵۸۲۰

ایک سال کی مسافت ۲۲ × ۱۲ = ۱۹۰۰۸۰

پانچ سو سال کی مسافت ۲۲ × ۵۰۰ = ۱۱۰۰۰۰۰



”رات کو کوڑا کرکٹ اپنے گھر میں نہ رہنے دو کیونکہ وہاں شیطان

کا مقام ہوتا ہے“

کوڑا کرکٹ سے پیدا ہونے والے جراثیم کی نشان دہی فرمادی۔ جدید خوردنیوں اور جدید آلات کے ذریعہ جو تحقیقات کی گئی تو نتیجہ سامنے آیا کہ رب سے زیادہ بیماریاں کوڑا کرکٹ اور گندگی سے پیدا ہوتی ہیں کیونکہ جراثیم کی سب سے بڑی آماجگاہ کوڑا کرکٹ اور گندگی و غلاظت کے ڈھیر ہوتے ہیں۔

آج کے سائنسدان چاند کی منازل طے کر رہے ہیں اور پانڈے سے متعلق نئی تحقیقات سامنے آرہی ہیں۔ آنحضرتؐ کے حقیقی جانشین حضرت علیؑ نے آج سے چودہ سو برس پہلے چاند اور سورج کی مسافت اور فاصلہ، احاطہ، طول و عرض کے بارے میں یہ انکشاف فرمادیا کہ چاند کا محیط کتنا ہے اور سورج کا احاطہ کتنا ہے اور سورج کی زمین سے مسافت کتنی ہے اور فاصلہ کتنا ہے۔ ملاحظہ ہو۔

حضرت علی کرم اللہ وجہہ سے ایک شخص نے چاند کے محیط کے متعلق سوال کیا تو آپ نے فرمایا: چالیس فرسخ کو چالیس فرسخ سے (۴۰ × ۴۰) ضرب دو۔ حاصل ضرب چاند کا محیط ہے۔ ایک فرسخ تقریباً باڑھے تین میل کے برابر ہوتا ہے

۴۰ × ۴۰ = ۱۶۰۰ فرسخ

۱۶۰۰ × ۱/۲۰ = ۵۶۰۰ میل

حضرت علیؑ سے سورج کے طول و عرض کے متعلق دریافت کیا گیا تو آپ نے

ارشاد فرمایا۔ ملاحظہ ہو

ایک اکابرین اسلام کا سائنسی شعور۔



ہوئی جو تودہ مجھے ہدف تنقید بنانے کی بجائے بطور اصلاح ان اخلاط پر مطلع فرمائیں
بارگاہ رب العزت میں رحمت دعاؤں کو میری سہی حقیر کو اپنے پیارے حبیب
احد اہل کمال کے صدقے میں قبول فرمائے آمین یا رب العالمین

بندہ عامر

سید حیدر مہدی

۲۶۳۲ شہ فیصلہ کا لوفٹ

حیدر آباد



یعنی زمین اور سورج کا درمیانی فاصلہ ۹۵۰۴۰۰۰ میل اور موجودہ دور نے
جو فاصلہ بتایا ہے وہ اس فاصلے کے قریب تر ہے۔

امیر المؤمنین حضرت علی ابن ابی طالب نے یہ انکشافات آج سے چودہ سو سال
پہلے بغیر کسی مشینی آلات و کمپیوٹر کے کئے تھے، آج کی سائنس نے طرح طرح کے مشینی
آلات اور کمپیوٹر کے ذریعہ معلومات فراہم کی ہیں اور پانچ سو سو چار پر تحقیقات کر رہی ہے
اگر آج کے صاحبان علم و دانش و ماہرین ارشادات نبی اکرم اور اقوال اکملہ اہلبیت علیہم
السلام پر غور و فکر و تحقیق و سرچ کریں تو بہت سے پوشیدہ راز ظاہر ہو جائیں۔

پہلی ہی انہی بے بضاعتی اور کم مائیگی کا تذکرہ کر چکا ہوں میں نے اس
کتاب کو ایٹ ٹیک جڈ بکس تحت مرتب کیا ہے میں اپنی کوششوں میں کہاں تک کامیاب
ہوا ہوں یہ فیصلہ قارئین خود کر سکتے ہیں۔

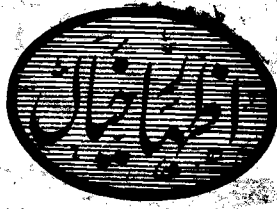
میرے جناب مولانا سید ناصر عباس قبلہ ممتاز الافاضل اور جناب مولانا سید
تلمیذ حسنین صاحب رضوی (فاضل مشرقیات) ایم اے کا دل کی انتہائی گہرائیوں کے
ساتھ ممنون و تشکر ہوں۔ ان دونوں حضرات نے اپنی گونگیوں مہر و فیات کے باوجود میری
راہ نمانی فرمائی اور جناب مولانا تلمیذ حسنین صاحب نے اس کتاب کا متعدد مرتبہ تحریر فرما
کر میری ہمت و حوصلہ افزائی فرمائی۔ میں جناب مولانا سید ناصر الدین شاہ کاظمی، ایم اے
کا بھی ہتھ دل سے ممنون ہوں کہ انہوں نے اس کتاب کی ترمیم و ترتیب و ترجمہ میں میری
دل و جان سے مدد و معاونت فرمائی۔ اور برادر م سید زاہد حسین زیدی کا بھی سپاس
گزار ہوں جنہوں نے میرا حوصلہ پست نہیں ہونے دیا۔

آخر میں صاحبان علم حضرات و علماء کرام سے ملقب ہوں کہ اگر کہیں کوئی اغزش

صفحہ نمبر	عنوان	صفحہ نمبر	عنوان	صفحہ نمبر
۱۳۸	عیادتِ مرثیہ	۲۷	۱۱۳۳	شہید
۱۴۳	انجشتری	۳۸	۱۱۳۳	زیتون
۱۴۴	جسمِ انسانی پر پتھروں کے اثرات	۳۹	۱۱۳۶	کدو
	عقیق	۴۰	۱۱۳۸	پیاز
	کتابیات	۴۱	۱۱۳۲	بعض امراض کی افادیت
	اشتہارات	۴۲	۱۱۳۶	مضراتِ صحت

صفحہ نمبر	عنوان	صفحہ نمبر	عنوان	صفحہ نمبر	عنوان
۶۶	امراض قلب کا علاج	۱۶	۱	سرورق	۱
۷۳	بو اسیر و فقرس کا علاج	۱۷	۳	پیش لفظ	۲
۷۷	بخار کا علاج	۱۸	۱۰	ترتیب	۳
۸۰	درِ دق و لُج کا علاج	۱۹	۱۲	انتساب	۴
۸۱	نمونہ اور پولیسی کا علاج	۲۰	۱۳	اظہارِ خیال	۵
۸۵	عرق النساء	۲۱	۱۴	اظہارِ تاثر	۶
۸۷	قبض کا علاج	۲۲	۱۶	مقدمہ	۷
۹۰	ادویہ و اغذیہ	۲۳	۲۳	کھانا کھانے کے آداب	۸
۹۰	انار	۲۴	۳۱	زیادہ کھانا کھانے سے اجتناب	۹
۹۵	انگور	۲۵	۳۶	دانتوں کی حفاظت	۱۰
۹۹	انجیر	۲۶	۴۱	پانی	۱۱
۱۰۱	بہی	۲۷	۴۳	پانی پینے کے آداب	۱۲
۱۰۲	خسہ بوزہ	۲۸	۴۹	امراض	۱۳
۱۰۷	کھجور	۲۹	۵۰	امراضِ جلان	۱۴
۱۱۲	پھلوں کو کھانا چاہیے	۳۰	۵۹	امراضِ چشم کا علاج	۱۵

حضرت انعام جہاںپے



شکر خدا کہ ہم نے یہ ہے یہ نوید پائی
مہدی نے کی ہے غنت پڑھ کر کتابیں سیوں
ہر قول مصطفیٰ کا پیغام ہے خدا کا
ہر فعل ہے نبی کا حکم خدا کا تابع
چودہ سو پانچ ہجری چوراسی عیسوی ہے
ہیں آٹھ چار بارہ یہ بھی ملا اشارہ
”طب نبی اکرم“ نامی کتاب آئی
عمرہ کتاب طب کی تصنیف کی چھپائی
اللہ کا یہ سب دہ کرتا ہے یوں خدائی
ہے پیروی نبی کی انسان کی بھلائی
چودہ کی پانچ کی ہے مہدی کو نہائی
بارہ کے در پر مہدی نے کی جبین سائی

انعام نے جو دیکھی طب نبی اکرم
فیہ شفاء کی آیت فوراً ہے یاد آئی

کتاب :- ”طب نبی اکرم“
مصنف :- ڈاکٹر سید حیدر مہدی
سال تصنیف :- ۱۴۰۵ھ م ۱۴۲۸ھ

انتساب

میرے اپنے اسم سے نام کا دوشہ حقیر کو فخر و جہاں
ہادی سے کوئے و مکان سے، رہبر ہرزائے، محبوبے یزدان سے، افتخار
نور الاناس سے، عیدم النضر، مہر منیر، پیکر لطیف عظیم، صاحب خلق
عظیم، رُوح دو عالم، شاہ اُم، لطیف پیغم، رسول اکرم، دانائے
سب سے، مولائے کونے، جس سے از لہ ختم الرسل، سرور انبیاء
شفیع روز جزا، خیر الورع، فخر موجودات، سرور کائنات
سید المرسلین، شفیع المذنبین، رحمتہ للعالمین، خاتم النبیین
حضرت احمد عتیقی محمد مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے حضور پیش
کرتے ہوئے غور سے گزرا ہوں کہ آقا نے دو جہاں مجھے اپنے کم
مائیکے اور بے بضاعتی کا اعتراف ہے میرے نے اپنے تولد
چھوٹے تحریر میں آپ سے کہے درجہ چند موتوں کو حاصل کر
کے اور ان سے کوئی کجا کر کے ایک لڑی میں پروردگار کے صورت
میں بطور ہدیہ پیش کر کے کوشش کی ہے۔ آقا و مولا اس
نذر کو قبول و مقبول فرمائیے تاکہ اس حقیر پر تقصیر نہ غائبہ آخر وہ
کا ذریعہ بن جائے۔

نامی پر محامیہ
(سید حیدر مہدی)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

اظہارِ تاثیر

لاکھوں حمد و ثناء اسے ذاتِ واجبہ الوجود کیلئے خود دونوں
جہانوں سے کاپلنے والا ہے اور بیشمار درود و سلام اسے کہے بغیر یہ مخلوق
حضرت محمد مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وسلم اور اسے کہے ماحر آلہ پر انفرق
اسے لگوں کیلئے ہے جنہوں نے اسے کرنے والا ہے کابلہ ظلم سے دیا
تاریخینے کرام؟ خوش قسمت ہمیں وہ لوگ جنہوں نے ہر دو علم (علم
الادیانہ و علم الابدانہ) کیلئے عصمت کے خزانے جو در سخا کے پیکر علوم کے
منبع یعنی محمد وآلہ محمد کہ طرف رجوع کیا اور ان کے بتائے ہوئے اصولوں
پر عمل کر کے دین و دنیا میں سرخرو ہوئے۔

خاموش برادر ڈاکٹر سید حیدر مہدی صاحب نعوش مظانہ مذہب
حق کہ جو قدم سے کہے وہ کوئی دھوکہ چھپ نہی ہے بظاہر
چھوٹے کتابیں حقیقاً جامعیت سے بھرپور عوام و خواص کے سامنے پیش
کر کے اللہ تعالیٰ و محمد وآلہ محمد سے ماجر ہوئے اسے سلسلہ ایک
کرامیہ بنام طبیب نبی اکرم آپ کے سامنے پیش قدمی ہے جس
میں ڈاکٹر صاحب موصوف نے اشیائے خور و نوش کے فوائد نیرنگ

احادیث نبویہ اکرم تفصیلاً صفحہ طاس پر رقم کر کے خوب نوع انسان
پر احسان فرمایا ہے میں امید کرتا ہوں کہ صاحبان عقل و دانش
اسے کا بغور مطالعہ کر کے زرف اپنے لئے بیکہ دوسروں کے لئے بھی
راہ صحت تجویز کریں گے! خدائے تمیز یوں مولف موصوف کو اپنے مقصد
میں کامیاب فرمائے اور نہ ہی حقہ کہے زیادہ سے زیادہ خدمت کرنے
کہے توفیق عطا فرمائے۔ آمین یا رب العالمین۔

والسلام احقر
خطیب الہی مولانا غلام رضا رضوی
جھنگ صدر (پنجاب)

من جانب اللہ کرامت ہوتی ہے اور کام پایہ تکمیل کو پہنچ جاتا ہے۔
طب ایک مستقل فن ہے اور علم کا ایک مخصوص شعبہ، علم الادیان کے
مقابلے میں علم الادیان بھی اہمیت اور مستقل حیثیت رکھتا ہے۔ جب انسان کو بیماری
لاحق ہوتی تو اس نے علاج بھی دریافت کر لیا۔ یونانی علوم و فنون عربی میں منتقل ہوئے اور
طے کرتا ہوا عرب کی سرزمین پر پہنچا۔ یونانی علوم و فنون عربی میں منتقل ہوئے اور
آخر کار مسلمانوں نے اس فن کو بام عروج پر پہنچایا۔

ویسے تو بہت سے اطباء اور حکماء نے اس راہ میں تحقیق و تدقیق کا حق
ادا کیا لیکن شیخ الرئیس بوعلی سینا کو اس لئے امتیاز حاصل ہے کہ اس کی تصنیف
کردہ کتاب "القانون" علم العلاج کا ایک انسائیکلو پیڈیا ہے جس میں اپنے
زمانے تک کی تمام قدیم اور جدید معلومات کو نہایت قابلیت کے ساتھ یکجا کر دیا گیا
ہے۔ اس کتاب میں دس لاکھ الفاظ ہیں اس کی پانچ ضخیم جلدیں ہیں۔ یورپ کے
نام میڈیکل کالجوں میں تقریباً آٹھ صدی تک اس کے ترجمے زیر درس رہے ہیں
حضرت اکرمؐ کی ذات گرامی قدر منبع علم اور چشمہ ہدایت ہے۔

کتاب و حکمت تھے۔ ومن یوت الحکمة فقد اوتی خیرا کثیرا
مالک تھے، علمک مالہ تکن تعلمہ آپ کے علم کی مند اور رب زدتی
علماء آپ کے طلب علم کی روشن دلیل ہے انا مدنیۃ العلم آپ کا مشہور
قول ہے۔

آپ کے اعمال، افعال اور اقوال احادیث کی کتب میں منضبط اور موجود ہیں
شمائل اور خصائل کی کتابیں آنحضرتؐ کی حیات طیبہ کے ہر لمحے، ہر ساعت اور ہر

بسم اللہ الرحمن الرحیم

مقدمہ

الحمد للہ رب العالمین والصلاة والسلام علی خاتم النبیین
وآلہ والطینین الطاہرین - املابعد -

زیر نظر کتاب "طب نبی اکرم" صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم ڈاکٹر سید حیدر سہیدی
کی کاوشوں اور کوششوں کا ثمرہ ہے۔ ان کی ذات اب کسی تعارف کی محتاج نہیں
رہی، ان کی تصنیف کردہ متعدد کتابیں طب امام رضاؑ، حیات حضرت معصومہؑ،
حیات قلندر، معجزات نبی اکرمؐ، روضہ غم، پاکستان کے علاوہ بیرونی ممالک
میں بھی شہرت اور مقبولیت حاصل کر چکی ہیں۔ انسان فانی ہے لیکن اس کے آثار
قلمی اس کی حیات اور زندگانی کے ضامن ہیں۔ عربی شاعر نے کیا خوب کہا ہے۔

یلوح الحظ فی القتر طاس دھرا

و کاتبہ رمیم فی التراب

ڈاکٹر سید حیدر سہیدی سنی پیہم اور مسلسل جدوجہد پر یقین رکھتے ہیں وہ راہ
تحقیق میں اپنی بے بھائی کے باوجود تنگ و دوکڑے ہیں۔ اگرچہ ان کے وسائل محدود
اور مسائل لامحدود ہیں لیکن چہر بھی جذب صادق اور سچی گفتگو انہیں اس راہ پر
گام زن کیے ہوئے ہے۔

یہ بات مسلم ہے کہ خداوند عالم جس سے کام لینا چاہتا ہے اُسے توفیق

خصائص کتاب

۱) زیر نظر کتاب میں ماکولات، مشروبات اور ملبوسات کے آداب ہیں۔ آداب نظافت و طہارت ہیں۔ پھلوں کے خواص سے بحث کی گئی ہے، آداب معاشرت اور آداب معاشرت بھی بیان کئے گئے ہیں۔ سبزیوں کے استعمال اور اس کے فوائد کا تذکرہ بھی اس کتاب میں موجود ہے۔

۲) کتاب مذکور میں جو احادیث بیان کی گئی ہیں ان کی اسناد بسبب طوالت حذف کر دی گئی ہیں۔

۳) علماء کرام نے اس نوعیت کی احادیث کو دوسرے درجے پر رکھا ہے۔ اس کتاب میں درج شدہ احادیث میں دونوں طرح کی احادیث مرقوم ہیں صحیح السنہ اور ضعیف الاسناد بھی۔ ایسی احادیث میں صرف شہرت کو ملحوظ رکھا گیا ہے علامہ مجلسی اور شیخ صدوق علیہ الرحمۃ نے طب سے متعلق احادیث و روایات کی یہ تاویل کی ہے کہ ان احادیث کا تعلق اکثریت کے مزاج اور کمزور کے طبعی حالات سے ہے۔ ہر انسان کا مزاج دوسرے انسان سے مختلف ہوتا ہے۔ ہر ملک کے طبعی حالات اور آب و ہوا دوسرے سے الگ ہوتی ہے اس اعتبار سے غذاؤں اور پھلوں کے اثرات بھی مختلف ہو جائیں گے۔

۴) اس کتاب میں بیان کردہ اکثر احادیث، حدیث کی مشہور اور متداول کتابوں میں درج ہیں۔

پل کو اپنے دامن میں محفوظ کئے ہوتے ہیں، حیات کمر گروٹے اور زندگی کے ہر پہلو میں آپ کا اسوۂ حسنہ انسانوں بالخصوص مسلمانوں کے لئے مشعل راہ ہے

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ

طب کے موضوع پر آنحضرتؐ اور ائمہ کرام سے لاتعداد روایات احادیث کی کتابوں میں موجود ہیں۔

علماء اور محققین نے اس موضوع پر چند کتابیں تحریر کی ہیں حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے فرمودات اور ارشادات جو طب سے متعلق تھے اس میں متعدد رسائل اور کتب زیور تحریر سے آراستہ ہوئیں۔

ابو العباس جعفر بن محمد سمرقندی المعروف بـ مستغفری متوفی ۲۰۴ھ ہجری نے ۱۴۰ احادیث پر مشتمل ایک رسالہ موسوم بـ طب النبیؐ تحریر کیا ہے۔ س کے علاوہ درج ذیل کتابیں بھی شائع اور ذائع ہیں۔ ۱، طب الامام الصادقؑ ۲، طب الرضاؑ ۳، طب المعصومین، ۴، طب الاممہ۔

طب النبیؐ دو آؤں، تشخیص امراض یا نبض شناسی کی کتاب نہیں بلکہ ایک نسخہ دہنیا ہے، نپید و موعظت کا ایک مرقع ہے یا مختلف اشیاء سے متعلق سوالوں اور استفسارات کے جوابات ہیں۔

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے مالک تھے ۱، لعلی خلق عظیم اس پر شاہد اور انما بعثت لاقصم مکارم الاحلاق اس امر کا اعتراف ہے آنحضرتؐ نے حیات انسانی کے آداب کو مختلف انداز میں بیان فرمایا ہے اور اخلاقی قدروں کی وضاحت فرمائی ہے۔

جو اپنے حافظ کو بڑھانا چاہتا ہو اُسے چاہیئے کہ شہد کھائے۔

۲۔ **كَعْمُ الشَّرَابِ الْعَصَلِ يَرْغِي الْقَلْبَ وَيَذْهَبُ بَرْدُ الصَّدْرِ**
شہد بہترین مشروب ہے دل کو محفوظ رکھتا ہے اور سینہ کے
ٹھنڈک کو دور کر دیتا ہے۔

سورہ مبارکہ بقرہ میں سبزلویں اور دال کا بیان ہے۔

يَخْرُجُ لَنَا مِمَّا تَنْبِتُ الْأَرْضُ مِنْ بَقْلِهَا وَقِثَّائِهَا
وَقُومِهَا وَعَدَسُهَا وَبَصِلُهَا (بقرہ ۶۱)

بنی اکرم نے (قوم، لہسن کے باغ میں فرمایا ہے۔ **كُلُوا الثُّومَ فَإِنَّهُ**
شِفَاءٌ مِنْ سَبْعِينَ دَاءً (حجرات الانوار)

تم لہسن کھاؤ کیوں کہ وہ ستر بیماریوں کے لئے شفا ہے۔
حضرت عیسیٰ کی ولادت کے بعد حضرت مریم کو حکم الہی ہوا۔

وَهَزَى أَيْدِيَّ يَجْذَعُ النَّحْلُ نَسَاقُطَ عَلِيٍّ
رُطْبًا جَنِيْنًا - (مریم ۲۵)

اور پیغمبر اکرم نے رطب (تازہ کھجور) کی فضیلت بیان کرتے ہوئے فرمایا
اِذَا وُلِدَتِ الْمَرْأَةُ فَلْيَكُنْ أَوَّلُ مَا تَأْكُلُ الرُّطْبُ
الْحَلْوَاءُ وَالتَّمْرُ فَإِنَّهُ لَوْ كَانَ شَيْءٌ أَفْضَلَ مِنْهُ أَطْعَمَهُ
اللَّهُ مَرْيَمَ حِينَ وُلِدَتْ عِيسَىؑ۔

جب کسی عورت کے ہاں ولادت ہو تو اُسے چاہیئے کہ وہ میٹھی کھجور یا پھوارہ
کھانے کیوں کہ اگر اس سے بہتر کوئی اور شے ہوتی تو اللہ تعالیٰ حضرت عیسیٰ

علاج کے باغ میں بنی اکرم نے فرمایا ہے۔

قَدْ آوَوْا، فَإِنَّ اللَّهَ عَزَّوَجَلَّ لَمْ يَنْزِلْ دَاءً

أَلَا وَنَزَلَ لَهُ شِفَاءٌ (مکارم الاخلاق طبری ص ۳۶۲)

تم علاج کرو، کیونکہ اللہ تعالیٰ نے کوئی ایسی بیماری نہیں اتاری جس کا علاج
نہ ہو۔ قرآن حکیم میں مختلف پھلوں اور میوؤں کا ذکر موجود ہے۔

۱۔ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ**
وَاشْكُرُوا لِلَّهِ (بقرہ ۱۷۲)

۲۔ **يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا** (بقرہ ۱۶۸)

۳۔ **يَنْبِتْ لَكُمْ بِهِ الزَّرْعَ وَالزَّيْتُونَ وَالنَّخِيلَ وَ**
الْأَعْنَابَ وَمِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ (النحل ۱۱)

۴۔ **وَالْتِينَ وَالزَّيْتُونَ** (التين ۱)

۵۔ **فِيهَا فَاكِهَةٌ وَنَخْلٌ وَرُمَّانٌ** (الرحمن ۶۸)

طب البنی میں پاکٹ اور حلال چیزوں کو کھانے کا حکم دیا گیا ہے۔ اور
مختلف پھلوں کے خواص بیان کئے گئے ہیں مثلاً کھجور، انگور، انار، سیب وغیرہ
قرآن مجید کے سورہ النحل میں شہد کا بیان ہے۔

وَأُوحِيَ رَبِّكَ إِلَى النَّحْلِ.....مَخْرُجٌ مِنْ بَطُونِهَا

شراب مختلف الوانها (النحل ۶۸-۶۹)

طب البنی میں (عسل) شہد کے باغ میں مختلف روایات ہیں۔

۱۔ **مَنْ أَرَادَ الْحَفِظَ فَيَأْكُلِ الْعَسَلَ**

کھانا کھانے کے آداب

• سنت ہے کہ کھانا صبح سویرے کھائیں۔ پھر چائے پکے کھائیں۔ عشاء کی نماز کے بعد دوبارہ کھائیں۔

• لقمہ چھوٹا کھائیں اور اچھی طرح چبائیں۔ کھانے میں دُور مٹرن کا منہ نہ دیکھیں۔

• زیادہ گرم کھانا نہ کھائیں۔ اور گرم کھانا کھانے کے لئے پھونک نہ مارں۔ بلکہ رہنے دیں اس وقت کھانا کھانا ہو جائے۔ بعد اسکے کھائیں۔

• سنت ہے کہ جو چیز کھائیں وہ اپنے کھانے کے کھائیں کھانے سے پہلے اور کھانے کے بعد ہاتھ دھو کر منہ دھو کر کھائیں۔

• سنت ہے کہ کھانے سے پہلے جو ہاتھ دھو کر کھائیں وہ رو مال سے خشک نہ کر جائیں۔

• کھانے کے وقت دوزانو بیٹھے۔ کوئی چیر لیٹ کر نہ کھائیں۔

۱ اَلْوُضُوءُ قَبْلَ الطَّعَامِ يَنْفِي الْفَقْرَ
وَلَعْدَةُ يَنْفِي اللَّحْمَ

”کھانے سے قبل ہاتھ منہ دھونا فقر کو دور کرتا ہے۔ اور کھانے کے بعد ہاتھ منہ دھونا مٹا پہلے دور کرتا ہے۔“

• طب نبوی اکرم یہ ہے کہ کھانے سے پہلے ہاتھ دھونے کے بعد کسی رو مال

تولید، یا کپڑے سے ہاتھ خشک نہ کر جائیں۔ البتہ کھانے کے بعد ہاتھ دھو

کی ولادت کے وقت اُسے حضرت مریمؑ کو کھلاتا۔

خداوند عالم ہمیں توفیق کرامت کرے کہ ہم اس کتاب سے مستفید ہوں اور ڈاکٹر حیدر مہدی صاحب جلد از جلد اس کی دوسری جلد کی اشاعت سے اپنے قارئین کو مستفیض فرمائیں۔

والسلام علی من اتبع الهدی

مولانا سید تلمیذ حسین رضوی

ایم اے فاضلہ مشرقیات

ایئر پورٹ روڈ، مجاہد کالونی لطیف آباد ۱۲ احیدر آباد



کے بعد ہاتھ دھوتے تھے تو خشک کر لیتے تھے۔ حضرت امام رضاؑ سے منقول ہے کہ جب حضرت رسول خدا صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کھانے کے بعد ہاتھ دھوتے تھے تو کلیاں بھی کر لیا کرتے تھے۔

كُلْ وَأَنْتَ تَشْتَهِي وَأَمْسِكْ وَأَنْتَ تَشْتَهِي

۲

جب بھوک لگے تو کھانا شروع کرو اور ابھی کچھ بھوک باقی ہو تو کھانے سے ہاتھ روک لو۔

یہ ایک ایسا زین اصول ہے کہ اگر اس پر عمل پیرا ہو جائے تو انسان جملہ بیماریوں سے محفوظ رہ سکتا ہے۔

حلیۃ المتقین میں حضرت عیسیٰ علیہ السلام سے منقول ہے کہ آپ نے فرمایا: ”اے نبی اسرائیل جب تم کو بھوک نہ لگے کچھ مت کھاؤ۔ کیونکہ اگر پیٹ بھر کر کھاؤ گے تو تمہاری گردن میں موٹی ہو جائیگی۔ تمہارے پہلو فرہ ہو جائیں گے اور تم اپنے خدا کو بھول جاؤ گے۔“

حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام نے فرمایا کہ سولے بخار کے حواجا تک بھی ہو جاتا ہے۔ برہنہ کا درد اور بیماری زیادہ کھانے سے ہوتی ہے۔

الْمَعْدَةُ بَيْنَ كُلِّ دَاءٍ وَالْحَمِيَّةُ رَأْسُ كُلِّ دَوَاءٍ فَأَعْطِ نَفْسَكَ مَا عَوَدَتْهَا

۳

”معدہ ہر بیماری کا گھر ہے۔ پرہیز نہ دوا کا نقطہ آغاز ہے۔ تم

سو ہی غذا کھاؤ جو تمہارے مزاج کے مطابق ہو۔“

ہر شخص مختلف مزاج کا مالک ہوتا ہے اور ہر غذا کا اپنا مزاج ہوتا

کر کسی کپڑے یا تولیہ یا رومال سے خشک کر لیتے جائیں۔ رومال کپڑے۔ تولیہ میں گرد و غبار اور جراثیم کا ہونا ممکنات میں سے ہے۔ کھانے کے لئے ہاتھ دھو لیتے۔ اور رومال یا کپڑے یا تولیے سے خشک کر لیتے تو رومال یا کپڑے یا تولیہ کے جراثیم آپ کے ہاتھ میں لگ جائیں گے اور بعدہ غذا میں شامل ہو کر معدہ میں پہنچ کر یہی جراثیم فساد بپا کریں گے۔ اور امراض معدہ۔ سونے ہضم۔ ہیضہ۔ پیچش کو جنم دیں گے۔ کھانے سے پہلے منہ ہاتھ دھونے کی ہدایت بھی اس لئے ہے کہ ایک شخص باہر سے آیا کر دوغبار اس کے چہرے و منہ پر ہے اس سے بھی جراثیم و گرد و غبار معدہ میں داخل ہو سکتے ہیں۔ اس لئے بہتر ہے کہ کھانے سے قبل ہاتھ منہ کو دھویا جائے۔ اور کپڑے یا تولیہ سے خشک نہ کیا جائے۔ یہی عمل صحت انسانی کے لئے مفید تر ہے اور اسی لئے حضرت نبی اکرمؐ نے یہ ہدایات فرما کر امت کی رہنمائی فرمائی ہے کہ کھانے سے قبل ہاتھ منہ دھونا چاہیئے۔

حدیث معتبر میں حضرت امام جعفر صادقؑ سے منقول ہے کہ کھانا کھانے سے پہلے جب ہاتھ دھویا کرو تو رومال سے مت پونچھو کیونکہ جب تک ہاتھ میں تری رہتی ہے۔ کھانے میں برکت رہتی ہے۔ یہ بھی فرمایا ہے کہ کھانے کے بعد ہاتھ دھو کر منہ پر مل لینا چاہیئے کہ اس سے چہرے کی جھائیاں دور ہو جاتی ہیں اور روزی بڑھتی ہے۔ امام جعفر صادقؑ سے منقول ہے کہ کھانے کے بعد چٹب ہاتھ دھویا کرو تو گیلے گیلے ہاتھ پھولوں پر پھیر لیا کرو کہ در چشم سے امان ملے۔

حدیث حسن میں مزاج سے منقول ہے کہ میں نے حضرت امام موسیٰ کاظمؑ کو دیکھا کہ کھانے کے لئے جب ہاتھ دھوتے دستمال سے خشک نہ فرماتے تھے۔ ہاں کھانے

رومال۔ ہاتھ خشک کرنے کا کپڑا

مرض کی وجہ سے طبعیب نے بند کر دی ہو۔ اور پھرین کو خاطر میں نہ لائے اور بد پھرین تو اس کو کئی امراض پیدا ہو سکتے ہیں اگر اس نے روٹی کھاتی ہے تو اس کو پچیش بھی ہو سکتی ہے اور برف یا آتش کریم کھاتی ہے تو سگلے کے امراض بھی پیدا ہو سکتے ہیں۔

۵) بَرَدِ الطَّعَامِ فَإِنَّ الْحَاذِلَ لَابْرَكَةٍ فِيهِ

”کھانا ٹھنڈا کر کے کھاؤ اسلئے گرم کھانے سے برکت اور وسعت رزق ختم ہو جاتی ہے“

گرم گرم کھانا کھانے سے انسان کے معدہ کو نقصان پہونچتا ہے کیونکہ گرم کھانے کا چبانا ممکن نہیں۔ اس لئے لقمے رطوبت سے ماری ہوتے ہیں اور صحیح طور پر ہضم بھی نہیں ہو پاتے۔ گرم گرم کھانا کھانے سے منہ میں چھلے پڑ جاتے ہیں گرم گرم کھانا کھانے والے افراد کے دانت جلد کمزور ہو جاتے ہیں اور جلد ہی گر جاتے ہیں۔ گرم گرم کھانے سے کھانا بھی زیادہ کھایا جاتا ہے جو بیماری کا پیش خیمہ ثابت ہوتا ہے اور وسعت رزق میں بھی کمی واقع ہوتی ہے۔

۶) اِنَّ الطَّعَامَ الْحَارَّ عِزْجِيْ بَرَكَةٍ فَاَبْرَدُوْهُ

”گرم گرم کھانا برکت کو ختم کرتا ہے لہذا اُسے ٹھنڈا کر کے کھانا چاہئے۔“
مگرم گرم کھانا کھانے سے دانت منہ حلق زبان کو نقصانات کے علاوہ دانتوں کی چمک دمک بھی ختم ہو جاتی ہے۔ گرم گرم کھانا معدے کے لئے بھی مضر ہے اور دانتوں کے لئے بھی نقصان دہ ہے۔ لہذا گرم گرم کھانا نہیں کھانا چاہئے بلکہ ذرا اطمینان سے ٹھنڈا کر کے کھانا چاہئے۔

ہے۔ اگر غذا انسان کے مزاج سے ہم آہنگ نہ ہو تو بیماریاں جنم لیتی ہیں۔ عطلّا نے کہلے کہ پھرین علاج سے بہتر ہے۔ معدہ سر بیماری کا گھر ہے۔ اگر ایک انسان وہ غذا کھائے پیتے جو اپنی کیمیائی خاصیت کے لحاظ سے اس کی اپنی طبیعت و مزاج کے مطابق نہ ہو تو معدہ کے نظام کو درہم برہم کر دیتی ہے اسی طرح کوئی شخص کسی دعوت میں شرکت کرنے جائے اور وہاں عمدہ قسم کے کھانے موجود ہوں اور وہ خوب ڈٹ کر کھائے تو لا محالہ وہ بد مضمی میں مبتلا ہوگا زیادہ کھانے سے بھی اکثر امراض پیدا ہوتے ہیں جس کا تفصیلی ذکر آئندہ صفحات میں کیا جائے گا۔ اس لئے پھرین کرنا ضروری ہے اور غذا وہی استعمال کرنی چاہئے جو مزاج و طبیعت کے مطابق ہو۔

۴) اِثْنَانِ عَلِيْلَانِ اَبَدًا صَحِيْحٌ مُحْتَمٌ وَعَلِيْلٌ مُّخْلَطٌ

”دو قسم کے افراد ہمیشہ مرض میں مبتلا رہیں گے (۱) وہ تندرست جو غذا سے پھرین کرے (۲) اور وہ بیمار جو غذا سے پھرین نہ کرے۔“

ایک تندرست انسان اگر متوازن غذا انہیں کھائے گا تو مختلف امراض میں مبتلا ہو جائے گا۔ اور مریض اگر غذائیں کھاتا رہے گا اور پھرین نہ کرے گا تو وہ بھی بیماری میں گرفتار رہے گا۔ مثال کے طور پر تندرست و توانا انسان جس کی خوراک ایک وقت میں چار روٹیاں اور دیگر پھل فروٹ بھی ہوں اور صرف ایک روٹی کھانا شروع کر دے بغیر کسی مرض کے تو وہ یقیناً کئی امراض میں مبتلا ہو جائے گا۔ ایسے ہی اگر ایک شخص کو میعاد دی بخار ہو اور اس کی روٹی

اور عدم اطمینان ہوگا اور صحیح چایا نہیں جائے گا تو صحیح طریقے سے کھانا ہضم نہیں ہوگا اور کھانا اچھی طرح سے ہضم نہیں ہوگا تو معدہ کی کئی بیماریاں پیدا ہوں گی جو تا آتا کر کھانا کھانے میں راحت و سکون ملے گا۔

حلیۃ المتقین میں آنحضرتؐ سے منقول ہے کہ جس وقت کھانا کھاؤ مونہ اور جوتے پاؤں سے نکال لیا کرو کہ یہ بہترین سنت ہے اور تمھارے پاؤں کے لئے موجب راحت۔

● جب بھوک لگے تو کھانا کھانا چاہیے۔
● کھانے میں ہر روز ایک ہی قسم کی خوراک نہیں کھانا چاہیے۔ بلکہ بدلتے رہنا چاہیے۔

● باسی اور سٹری ہوئی چھینروں سے پرہیز کرنا چاہیے۔
● کھانا لذیذ و خوش ذائقہ ہو تو طبیعت میں اشتہا پیدا ہوتی ہے اس اشتہا سے معدے میں خوراک کو ہضم کرنے والی رطوبتوں کی مقدار میں اضافہ ہوتا ہے اور خوراک بہت جلد ہضم ہو جاتی ہے۔

● کھانا زود ہضم ہونا چاہیے۔ ثقیل اشیاء سے پرہیز کرنا چاہیے۔
● شام کا کھانا جلد کھانا چاہیے تاکہ سوتے وقت معدہ خوراک سے پر نہ ہو۔ شام کا کھانا کھاتے ہی سونا نہیں چاہیے اس سے ضعف معدہ کی شکایت پیدا ہوتی ہے۔

● کھانا آہستہ آہستہ چبا کر کھانا چاہیے۔ تاکہ خوراک کے ساتھ لعاب دہن اچھی طرح شامل ہو جائے۔

حضرت امیر المؤمنین علیؑ ابن طالبؑ سے منقول ہے کہ گرم کھانے کو ٹھنڈا ہونے دیا کرو۔ کیونکہ رسول خدا صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے پاس جب گرم کھانا لایا جاتا تھا تو آنحضرتؐ فرمایا کرتے تھے کہ ٹھنڈا ہونے دو۔ خدا تعالیٰ نے ہمارا کھانا آگ نہیں بنایا ہے اور ٹھنڈا کھانے میں برکت بھی ہوتی ہے۔

حدیث موثق میں سیلمان ابن خالد سے منقول ہے کہ گرمی کے موسم میں ایک رات کو میں حضرت امام جعفر صادقؑ کی خدمت میں حاضر ہوا۔ حضرت کے سامنے غلام ایکٹ خوان کھانے کو لایا جس میں کچھ روٹیاں تھیں، ایکٹ پیالہ شربہ کا دوسرا گوشت کا حضرت نے ہاتھ ڈالا اور فوراً کھینچ لیا۔ پھر ارشاد فرمایا۔ آتش جہنم سے خدا کی پناہ مانگتا ہوں انسان کو اس گرمی کی تاب نہیں تو آتش جہنم کی تاب کیونکر ہوگی۔ یہی بات مکرر فرماتے رہے۔ یہاں تک کہ کھانا کھانے کے لائق ٹھنڈا ہو گیا۔ اس وقت تناول فرمایا میں نے بھی حضرت کے ساتھ کھانا کھایا۔

حضرت امام رضا علیہ السلام سے منقول ہے کہ گرم کھانے میں برکت نہیں ہوتی اس میں شیطان بھی حصہ لگالیتا ہے۔

﴿۷﴾ اِذَا اَكَلْتُمْ فَاجْلَعُوا لِنَافِلِكُمْ، فَاِنَّهٗ اَرْوَحُ لَاَقْدَامِكُمْ

”کھانا کھاتے وقت اپنے جوتے اتار دو کیونکہ اس سے تمہارے پیروں کو آرام و سکون میسر آئے گا۔“

اگر جوتا پہن کر کھانا کھایا جائے گا تو جلدی جلدی کھانا کھانا پڑے گا۔
لے شربہ۔ ایکٹ سم کا کھانا ہے جو روٹی کے ٹکڑوں کو شوبے میں جھگو کر تیار کیا جاتا ہے

زیادہ کھانا کھانے سے اجتناب کرو

۹) **إِيَّاكُمْ وَالْبُطْنَةَ فَإِنَّهَا مُفْسِدَةٌ
لِلْبَدَنِ وَمُورِثَةٌ لِلْسَقَمِ وَمَكْسِلَةٌ
عَنِ الْعِبَادَةِ**

تم زیادہ کھانا کھانے سے اجتناب کرو کیونکہ اس سے جسم فاسد ہو جاتا ہے (آدمی) بیمار پڑ جاتا ہے اور عبادت میں سستی (کاہلی) پیدا ہوتی ہے۔

ہر چیز کی زیادتی نقصان دہ ہے۔ زیادہ کھانا کھانا حرص و ہوس کے نشانی ہے اور موجب ہلاکت ہے۔ زیادہ کھانا کھانے سے کئی بیماریاں جنم لیتی ہیں۔

۱۰۔ زیادہ کھانے سے جسم پر پھوڑے پھینکے نکل آتی ہیں۔ اور چربی بڑھ جاتی ہے جس سے جسم بے ڈول ہو جاتا ہے۔ پیٹ بڑھ جاتا ہے۔ وزن بڑھ جاتا ہے۔

۱۱۔ زیادہ کھانا کھانے والے حضرات بدہضمی، ڈکار، اسہال، ریاخ، گیس جیسی تکلیف میں مبتلا رہتے ہیں۔

۱۲۔ زیادہ کھانا کھانے کے سبب لیسے کی کارکردگی پر زیادہ اثر پڑتا ہے جس کی وجہ سے (INSULIN) انسولین نامی اندرونی رطوبت

• کھانا خاموشی اور اطمینان سے کھانا چاہیے۔
• کھانا کھاتے وقت ہشاش بشاش رہنا چاہیے۔ پریشانی، تفکرات اور غصہ سے بھوک بند ہو جاتی ہے اور چونکہ دوران خون کا رجحان معدے کے بجائے دماغ کی طرف ہوتا ہے اس لئے جو کچھ کھایا جائے وہ پھر شکل سے ہضم ہوتا ہے۔

محرمہ صفات میں بھی گرم کھانا کھانے کے نقصانات کا تذکرہ کیا جا چکا ہے۔ گرم کھانا کھانے سے جو نقصانات ہوتے ہیں اُس کے لئے حضرت پیغمبر اکرم کا ارشاد گرامی ملاحظہ فرمائیے۔

۸) **مَنْ أَكَلَ الطَّعَامَ الْحَارَّ لِيَزِمَهُ سَبْعُ
آفَاتٍ غَلَبَتِ النِّسْيَانُ وَذَهَابَ الْمَاءُ
مِنْ فَمِهِ وَذَهَابَ الْقُوَّةُ وَنَقَصَانَ الرُّوِيَّةُ
الْبَصَرُ وَاصْفَرَّارُ الْوَجَدِ وَذَهَابَ الْبَرَكَةُ**

”تیز گرم کھانا سات آفتیں لاتا ہے حافظہ کمزور ہونا، آب دھن کا کم ہونا، ضعف بدن پیدا ہونا، سماعت کا کمزور ہونا، چہرے کا زرد ہونا اور برکت کا زائل ہونا۔“
حضرت بنی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد گرامی ہے کہ:-

پانچ چیزوں کے کھانے سے حافظہ تیز ہوتا ہے، مٹھاس کھانا، جانور کی گردن سے قریب کا گوشت، کھانا، مسور کی دال، کھانا، ٹھنڈی روٹی کھانا اور آیت الکرسی پڑھنا۔

انسان چاق و چومند رہتا ہے چہرہ پر نکھار رہتا ہے۔ پیٹ پر چربی نہیں چڑھتی اور موٹاپے سے محفوظ رہتا ہے۔ کم کھانے والا جوڑوں کے دردوں اور جوڑوں کی بیماریوں سے محفوظ رہتا ہے۔ زیادہ کھانے سے اعضا جسم اپنا صحیح عمل چھوڑ دیتے ہیں جس سے انسان وقت سے پہلے لاغر و ضعیف ہو جاتا ہے۔

۱۱) مَنْ تَعَوَّدَ كَثْرَةَ الطَّعَامِ وَالشَّرَابِ قَسِيَ قَلْبُهُ

”جو زیادہ کھانے پینے کا عادی بن جاتا ہے وہ سخت دل ہو جاتا ہے۔“

زیادہ کھانے پینے والا۔ خود غرض بے حس اور سنگدل ہو جاتا ہے۔ اس لئے کہ اُسے غریبوں یمیتوں، محتاجوں، مسافروں، بیواؤں کے حقوق کا قطعاً احساس نہیں ہوتا۔ اور بے حس و داخل بن جاتا ہے اور اپنے کھانے پینے کے فکر میں پڑا رہتا ہے۔ حضرت امیر المؤمنین علی بن ابی طالب سے منقول ہے کہ جس شخص کو یہ منظور ہو کہ اُسے کوئی کھانا نقصان نہ پہنچائے تو اُسے لازم ہے کہ جب تک معدہ صاف نہ ہو اور خوب بھوک نہ لگے کچھ نہ کھایا کرے اور جب بشرع کرے تو بسم اللہ پڑھے۔ کھانا خوب چبا کر کھائے اور تھوڑی بھوک باقی رہنے پر ہاتھ کھینچ لے۔

حضرت امام جعفر صادق سے منقول ہے کہ آدمی کو چار دن چار اتنا کھانا تو کھانا ہی پڑتا ہے جس سے قوت باقی ہے۔ تو جس وقت کھانا کھائے پیٹ کے ایک حصے کو محل طعام قرار دے۔ اور دوسرا پانی کے لئے رکھے۔ تیسرا سانس لینے کے لئے۔ اور اپنے جسم کو موٹا کرنے کی ایسی کوشش نہ کرے جیسا ذبیحہ کے موٹا کرنے کی کوشش کی جاتی ہے۔ یہ بھی فرمایا کہ جو شخص شکم سیر ہو کر کھانا کھائے گا۔ وہ سرکشی اور فساد پیدا کرے گا۔

حضرت امام جعفر صادق سے منقول ہے کہ جو شخص کوئی کھانا زیادہ کھا

کم ہو جاتی ہے خون میں شکر کی مقدار بڑھ جاتی ہے اور مرض ذیابیطس (شیشاب میں شکر آنا) پیدا ہو جاتا ہے اور ساتھ ساتھ بلڈ پریشر کا عارضہ بھی لاحق ہو جاتا ہے۔

۱۴۔ زیادہ کھانا کھانے کی وجہ سے امراض قلب بھی پیدا ہو جاتا ہے کیونکہ زیادہ کھانا کھانے کی وجہ سے شریانوں میں تنگی ہوتی ہے جس سے خون کی گردش میں خلل واقع ہو جاتا ہے اور شریانوں کی تنگی جب شدید کیفیت میں دل کی سمت ہو جائے تو دل کا دورہ پڑ جانا قدرتی امر ہے۔ اور اگر یہ کیفیت دماغ کی سمت جائے اور دماغ کے کسی حصہ میں طاری ہو تو انسان پر فالج گر جاتا ہے۔

۱۵۔ زیادہ کھانا کھانے سے طبیعت میں سستی، کاپلی، غنودگی اور خمار پیدا ہوتا۔ جس کی وجہ سے عبادات میں طبیعت مائل نہیں ہوتی۔ اور انسان خدا کی طرف سے غافل ہو جاتا ہے اور یرب سے بڑا نقصان ہے۔

۱۰) الْأَكْلُ مَعَ الشَّبَعِ يُورِثُ الْبَرَصَ

”بھرے پیٹ غذا کھانا برص کی بیماری کو جنم دیتا ہے۔“

اس حدیث مبارکہ سے یہ بھی معلوم ہوا کہ بھرے پیٹ کھانا کھانا برص کو پیدا کرتا ہے۔ بھرے پیٹ سے مقصد یہ ہوا کہ ایک آدمی نے پیٹ بھر کر کھانا کھالیا مگر اس کی نیت نہیں بھری اور پھر کھانا کھانا شروع کر دیا تو ایسے آدمی کو برص یا کوئی دوسری تکلیف ہو سکتی ہے اور ہادی برحق کا ارشاد گرامی برحق ہے۔ اس سے پیشتر زیادہ کھانے سے پیدا ہونے والے امراض کا تذکرہ کیا جا چکا ہے مزید یہ کہ کم کھانے سے

ثابت ہوتی ہے۔ اگر معالج نے کسی چیز کو منع کیا ہے تو وہ استعمال نہ کروائی جائے اور نہ مریض کو کوئی غذا کھانے پر مجبور کیا جائے۔ جب تک مریض اپنی بھوک کا اظہار نہ کرے غذا نہ دی جائے۔

(۱۲) لَا تَكْرَهُوا مَرَضًا كُمْ عَلَى الطَّعَامِ
فَإِنَّ اللَّهَ يُطْعِمُهُمْ وَيَسْتَهْزِئُ

”اپنے بیماروں کو ان کی خواہش کے خلاف کھانے پر مجبور نہ کرو کیوں کہ ان کو خدا کھلاتا پلاتا ہے“

مریض کو غذا سے پرہیز کرانا اس کی طبیعت کی خدمات میں سے بڑی خدمت ہے۔ تیمار دار کو چاہیے کہ مریض کی غذا کا خیال رکھے۔ وہ مواد فاسدہ جو جسم میں جم کر مرض کا باعث بنا ہے وہ نہ کھانے کی وجہ سے جل کر فنا ہو جائے۔ معدہ ضعیف میں غذا ہرگز نہ پوچھائی چاہیے۔ کیونکہ غذا ہضم نہ ہونے کی وجہ سے جسم میں سڑ کر مختلف مہلک امراض نفرس، سرطان وغیرہ کا سبب بنتی ہے اور اکثر و بیشتر امراض بے اشتہا غذا کھانے سے پیدا ہوتے ہیں۔ اکثر دیکھا گیا ہے کہ جن لوگوں کی طویل عمر ہوتی ہے وہ اکثر پرہیزگار اور کم خوراک تھے۔

(۱۳) اَعْطِ كُلَّ جَدْنٍ مَّا عَوَّدَتْهُ

”بدن کو اپنی عادی چیزوں سے کامیاب بناؤ“

انسان ان مفید چیزوں میں سے بھی جس کا وہ عادی ہو گیا ہے استعمال کرے اس لئے انسان اپنی زندگی کے کاموں میں سے جس چیز کا عادی ہو جاتا ہے وہ اس کے لئے آسان تر ہو جاتی ہے اس لئے عادی غذا اس کے لئے آسان اور زود ہضم ثابت ہوگی مگر ناسازگار غذاؤں کا عادی ہو تو حرکت کرنے کی کوشش کرے

اور پھر یہ کہے کہ مجھے کھانے نے نقصان کیا۔ وہ کفران نعمت کرنے والوں میں شمار کیا جائے گا۔

حضرت امام موسیٰ کاظمؑ سے منقول ہے کہ اگر لوگ کھانا کھانے کے طریقے میں میانہ روی اختیار کریں تو وہ ہمیشہ تندرست رہیں۔

احادیث رحمۃ العالمینؑ اور اقوال آئمہ طاہرینؑ سے یہ بات واضح ہے کہ کھانا زیادہ نہیں کھانا چاہیے اور نہ ہی اتنا کم کھانا چاہیے کہ جسم بالکل لاغر و ناتواں ہو جائے اور خالی معدہ بھی رہنا خشک نہیں ہے۔ کیوں کہ خالی معدہ رہنے سے السر و غیرہ پیدا ہو جاتا ہے۔ بعض لوگوں کو دیکھا گیا ہے کہ وہ کھانا وقت پر نہیں کھاتے اور اپنے دفتری اور کاروباری کاموں میں مہمک و مشغول رہتے ہیں اور چائے نوشی و تنباکو نوشی کثرت سے کرتے رہتے ہیں۔ ایسے لوگ اکثر معدہ کے السر میں مبتلا ہو سکتے ہیں۔ یا ورم معدہ کا عارضہ لاحق ہو سکتا ہے۔ معدہ کے دوسرے امراض بھی ہو سکتے ہیں۔ اس لئے کھانا وقت پر کھانا چاہیے۔ یہ بیان کیا جا چکا ہے کہ زیادہ تر بیماریاں معدہ کی خرابی سے پیدا ہوتی ہیں۔ اور الہاء و عقلا کے نزدیک بھی ہر بیماری کی جڑ پُر خوری اور ناسازگار غذا کا استعمال ہے۔ لہذا کھاتے وقت اس بات کا بھی خیال رکھا جائے کہ کون سی غذا موافق اور کون سی غذا ناموافق ہے یعنی خلاف مزاج ہے۔ مثلاً ایک شخص کو پلاؤ کھانے کا بہت شوق ہے مگر پلاؤ کھانے کے بعد اس کا پیٹ پھول جاتا ہے یا اچھا رہ جاتا ہے بعض مریضوں کو مینے دیکھا کہ انہوں نے اپنی پسند کی چیز کھائی لیکن مزاج کے وہ مطابق نہیں تھی اس لئے ان کا تکلیف میں اضافہ ہو گیا۔ اگر گھر میں کوئی مریض ہے تو اس کی غذا کا خاص طور سے خیال رکھنا چاہیے۔ کیوں کہ موڑوں غذا ٹری حد تک شفا یابی کی راہ میں عمدہ و معاون ہے

دانتوں کی حفاظت

۱۴) مَنْ اسْتَعْمَلَ الْخَشَبَيْنِ اَمِنْ مِنْ
عَذَابِ الْكَلْبَتَيْنِ

جو شخص خلال اور مسواک کرتا ہے وہ درد دندال کے عذاب سے محفوظ رہتا ہے۔

دانتوں کا صحت مند ہونا اور اپنے وظیفہ حیات کو مکمل طور پر انجام دینا انسانی جسم کی توانائی اور نشوونما کی طرف پہلا قدم ہے۔ دانت اگر صحیح طور پر غذا چبانے کے قابل نہیں ہوں گے تو اس کا خمیازہ معدہ کو بھگتنا پڑے گا جس کا نتیجہ یہ ہوگا کہ معدہ خوراک کے ہضم کرنے سے قاصر رہ جائے گا۔ اور غیر منہضم غذا خون صالح پیدا نہیں کر سکے گی۔ اور اس طرح جسم مختلف بیماریوں کی لپیٹ میں آجائے گا۔ معدہ کی اکثر بیماریاں دانتوں کے صاف نہ کرنے اور خلال نہ کرنے کی وجہ سے پیدا ہوتی ہیں۔ اسی لئے رحمت اللعالمین نے مسواک کرنے کو مستحب قرار دیا ہے۔ اور باعث اجر و ثواب گردانا ہے اور ارشاد فرمایا ہے کہ۔

۱۵) اَكْثَرْتُ عَلَيْكَ فِي السَّوَاكِ

”میں تمہیں کثرت سے مسواک کرنے کی تاکید کرتا ہوں“

اگر کبھی انسان کے دانت صاف نہیں ہیں تو اس کے منہ سے بدبو آتی ہے اور بدبو نہ بھی آئے تو دانتوں پر پھیلا ہوا صاف نظر آتی ہے منہ کو صاف رکھنے

بڑا ذریعہ دانت ہیں۔ اگر دانتوں کی صفائی نہ کی جائے تو منہ سے شدید بدبو آتی ہے۔ حضور ختمی المرتبت نے کثرت سے مسواک کرنے کا ارشاد فرما کر اُمت کی رہنمائی فرمادی ہے کہ دیکھو مسواک کیا کرو۔ مسواک کرنے سے دانت صاف و شفاف رہتے ہیں۔ منہ کو پاکیزہ کرتی ہے۔ مسواک دانتوں کی صفائی کا بہترین ذریعہ ہے اگر دانتوں کو صاف نہ رکھا جائے تو منہ سے بدبو آتی ہے۔ دانت گندے اور بدبوا معلوم ہوتے ہیں۔ گندہ دہنی پیدا ہوتی ہے۔ دانت اگر گندے ہوں یا صاف نہ کئے گئے ہوں تو اس کا اثر معدہ پر پڑتا ہے۔ ہاضمہ خراب ہو جاتا ہے اور کئی بیماریوں کے پیدا ہونے کا خطرہ لاحق ہو جاتا ہے۔ حدیث میں ہے کہ آنحضرتؐ ہمیشہ مسواک کیا کرتے تھے اور فرماتے تھے کہ یہ عمل اگر لوگوں کی دشواری کا باعث نہ ہوتا تو میں اس کو واجب قرار دیتا۔ ملاحظہ ہوا ارشاد حضرت بنی اکرمؐ۔

۱۶) قَالَ لَوْلَا اِنْ اَشَقَّ عَلَيَّ اُمِّي (اَوْ عَلَيَّ النَّاسِ) لَا مَرْتَهُمُ بِالسَّوَاكِ مَعَ كُلِّ صَلَوةٍ

”اگر مجھے یہ خیال نہ ہوتا کہ ام میری اُمت پر دشوار ہوگا میں تمہیں حکم دیتا کہ ہر نماز کے لئے مسواک کیا کرو“

مسواک کے استعمال سے آدمی دانتوں کے درد سے محفوظ رہتا ہے۔ اور زہور کی زد سے بچا رہتا ہے۔ منہ سے گندگی و کثافت دور ہوتی ہے۔ اللہ اور اس کے پیارے حبیبؐ کی خوشنودی حاصل ہوتی ہے جس کے لئے ارشاد حضرت بنی اکرمؐ ہے

۱۷) قَالَ السَّوَاكُ مَطَهْرَةٌ لِلْفَوَاصِلِ

لِلرَّبِّ

وہ اکثر معدہ کی بیماریوں میں مبتلا رہتے ہیں۔ دانتوں میں خرابی اس لئے پیدا ہوتی ہے کہ بہت سے لوگ کھانا کھانے کے بعد خلل نہیں کرتے جس کی وجہ سے دانتوں کے درمیان میں اجڑا غذا رہ جاتا ہے جو بعد میں تعفن پیدا کرتے ہیں جس سے بعض کے موڑھے بھی پھول جاتے ہیں۔ یہی تعفن اجڑا معدے میں جا کر مختلف امراض سوزش امعاء، ورم معدہ، پاشیر یا گھٹیا کا سبب بنتے ہیں۔ دانتوں کو زیادہ بھی نہیں کریدنا چاہیے۔ زیادہ ٹھنڈا پانی اور انتہائی گرم چائے پینے سے بھی پرہیز کرنا چاہیے۔ ہر روز صبح کو مسواک کرنا چاہیے۔ ہر کھانے کے بعد دانتوں کو صاف کرنا چاہیے اور کئی کر کے سونا چاہیے اور دانتوں کی حفاظت کرنا چاہیے۔

تَخْلَوْا فَاِنَّهُ مِنَ النَّظَافَةِ وَالنَّظَافَةُ
مِنَ الْاِيْمَانِ وَالْاِيْمَانُ مَعَ صَاحِبِهِ
رَفِي الْجَنَّةِ

”تم خلل کرو کہ وہ صفائی کا ایک جز ہے۔ اور صفائی ایمان کا ایک جز ہے اور ایمان دار جنتی ہے“

دانتوں کی حفاظت کرنا اور صاف و شفاف رکھنا ہر انسان پر لازم ہے کیونکہ صفائی نصف ایمان ہے۔ کھانے کے بعد خلل کرنا چاہیے کیونکہ خلل کرنے سے کھانے کے وہ تمام ریزے دانتوں سے نکل جاتیں گے جو گل سڑ کر منہ کو گندھا اور دانتوں کو خراب کرتے ہیں

حضرت امام جعفر صادق ؑ سے منقول ہے کہ حضرت جبریل جناب رسول خدا کے لئے مسواک، خلل اور سیگی لئے۔ اور عرض کیا کہ خلل سے دانتوں کی جڑیں

”مسواک منہ کو پاکیزہ کرنے والی شے ہے اور رب کریم کی

خوشنودی حاصل کرنے کا ذریعہ ہے“

معلوم ہوا کہ مسواک منہ کو پاک و پاکیزہ رکھتی ہے اور خداوند کریم کی خوشنودی بھی حاصل ہوتی ہے۔ منہ بھی صاف رہتا ہے مسواک کرنے سے آنکھوں میں روشنی و چمک پیدا ہوتی ہے۔

حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام نے فرمایا کہ مسواک کے بارہ فائدے ہیں (۱) پیغمبروں کی سنت ہے (۲) منہ صاف ہوتا ہے (۳) آنکھوں میں روشنی بڑھتی ہے (۴) خدا کی خوشنودی کا باعث ہے (۵) دافع بلیغ ہے (۶) حافظ تیز ہوتا ہے (۷) دانت سفید ہو جاتے ہیں (۸) نیک اعمال کا ثواب کئی گنا زیادہ ہوتا ہے (۹) دانتوں کی بوسیدگی اور گرنا موقوف ہو جاتا ہے (۱۰) دانتوں کی جڑیں مضبوط ہو جاتی ہیں (۱۱) بھوک سچی اور زیادہ لگتی ہے (۱۲) فربشتے دانت صاف کرنے والے سے زیادہ خوش ہوتے ہیں۔

حضرت امام جعفر صادق ؑ نے ارشاد فرمایا کہ مسواک کرنے سے آنکھوں کی روشنی بڑھتی ہے جو شخص مسواک کرنے سے بعد میں کھلی ضرور کرنا چاہیے۔

تَخْلَوْا اَعْلٰی اَثَرِ الطَّعَامِ، وَتَمَضُّمُضُوا
فَاِنَّهُمَا مَصْحَحَتَانِ لِلنَّابِ وَالنَّوْاجِدِ

”کھانے کے بعد خلل کیا کرو۔ اور پھر کھلی کر لو۔ کیونکہ اس طرح

دانت ڈاڑھیں ٹھیک ٹھاک رہتی ہیں“

جو لوگ کھانا کھانے کے بعد خلل نہیں کرتے اور صبح کو مسواک نہیں کرتے

پانی

پانی خداوند بزرگ و برتر کی عظیم نعمات میں سے ہے اگر پانی نہ ہوتا تو حیات کا وجود ختم ہو جاتا نہ کوئی جاندار ہوتا اور نہ ہی نباتات ہوتے۔ ہر ذی حیات کے لئے پانی ضروری چیز ہے گویا زندگی کو برقرار و قائم رکھنے کے لئے سب سے ضروری چیز پانی ہے۔ آدمی غذا کھائے بغیر تو ہفتوں زندہ رہ سکتا ہے مگر پانی کے بغیر اس کا چند روز سے زیادہ زندہ رہنا ممکن نہیں ہے۔ پانی کے بغیر کوئی جاندار زندہ نہیں رہ سکتا انسان تو انسان پانی کی بدولت پودے، درخت، گھاس، وغیرہ تک زندہ رہتے ہیں اور اگر انہیں پانی نہ ملے تو یہ خشک ہو کر مر جھا جاتے ہیں۔ جسم انسانی میں پانی کا عنصر ساٹھ ستر فیصد پایا جاتا ہے۔ ایک تندرست و توانا انسان کے جسم سے پیشاب، فضلہ پسینے کے ذریعہ تقریباً دو ڈھائی سیر پانی کا اخراج ہوتا رہتا ہے پانی سے ہی جسم انسانی میں غذا کے ہضم ہونے میں مدد ملتی ہے۔ پانی کی مدد سے غذا جسم کی باریک رگوں میں پہنچتی ہے اور جسم کو قوت و طاقت بخشی ہے۔ پانی کے ذریعہ ہی سے جسم سے فاسد و زہریلے مادوں کا اخراج ہوتا ہے۔ صاف و شفاف و تازہ پانی صحت و توانائی بخشتا ہے۔ پانی کو ٹھک کر رکھنا چاہیے خصوصاً رات کو سونے سے پہلے پانی کے برتنوں کو دیکھ لیا جائے کہ وہ ڈھکے ہوئے ہیں کہ نہیں۔

ارشاد حضرت پغمبر اکرم صلی اللہ علیہ وسلم ہے۔

”برتنوں کو اور پانی کے ظروف کو بند ڈھانک کر رکھا کرو، کیونکہ سال

میں ایک ایسی شب آتی ہے کہ جس میں برباد بھلائی ہے تو جو برتن یا پانی کا ظرف

مستحکم ہو جاتی ہیں اور دانتوں کی اصلاح ہو جاتی ہے۔ روزی بڑھتی ہے۔

حضرت امام جعفر صادقؑ سے منقول ہے کہ جو کچھ خلل کے ذریعہ نکالا جائے اُسے نہ کھاؤ کہ اُس سے اندرونی زخم پیدا ہوتے ہیں۔ دوسرا ارشاد ہے کہ جو کچھ خلل کے ذریعہ سے نکلے اُسے چھنیک دو۔

حضرت امام موسیٰ کاظمؑ نے فرمایا کہ چوب گل۔ چوب درخت انار سے خلل مت کرو کہ ان دونوں سے بال خورہ کے مادہ کو حرکت ہوتی ہے۔

مسواک کے لئے سب سے اچھی پیلو کی لکڑی ہوتی ہے اور خلل کے لئے نیم کے تنیکے۔

پانی پینے کے آداب

۴۱) إِذَا شَرِبَ أَحَدُكُمْ الْمَاءَ وَتَنَفَّسَ
ثَلَاثًا كَانَ آمِنًا

”تم میں سے جو تین سانس میں پانی پئے گا وہ محفوظ رہے گا۔“

بعض لوگ پانی پینے میں عجلت سے کام لیتے ہیں اور ایک ہی سانس میں پورا گلاس ختم کر دیتے ہیں۔ اس سے یہ نقصان ہوتا ہے کہ دفعتاً سرد پانی گرم جسم میں داخل ہو کر نظام تنفس اور نظام ہضم کو متاثر کرتا ہے۔ اکثر اوقات ایسا سانس میں غٹاؤٹ پانی پینے سے گلے میں پھنسا لگ جاتا ہے اور قلب کی حرکت پر بھی الٹا اثر پڑتا ہے۔ اسی طرح ایک سانس میں پانی پینے سے طبیعت بھی سیر نہیں ہوتی اور پیاس بھی نہیں بجھتی۔ اس طرح پانی پینے والے لوگ اکثر امراض معدہ و تنفس میں مبتلا پائے جاتے ہیں۔ اسی لئے حضرت پیغمبر اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا ہے کہ پانی رک رک کر پیو اور اس میں تین وقفے کرو۔ تاکہ بیماریوں سے محفوظ رہو۔ ایک دوسری حدیث میں ارشاد ہادی برحق ہے کہ:-

۴۲) لَا تَشْرَبُوا نَفْسًا وَاحِدًا كَشْرَبِ الْبَعِيرِ وَلَا كَيْنَ
أَشْرَبُوا مَثْنً وَثَلَاثَ وَسَمَوًا إِذَا شَرِبْتُمْ
وَاحِدًا إِذَا فَرَعْتُمْ

کھلا ہوتا ہے اس میں دباؤ (وبائی جراثیم) داخل ہو جاتی ہے۔

وبائی بیماریوں کے جراثیم خصوصاً انفلوئنزا و اسہال، ہیفیہ وغیرہ کے جراثیم ہوا کے توسط سے فضا میں پھیل جاتے ہیں اور ان حسبِ انجم کے لئے نمکواں موزوں مقام پانی ہے جہاں وبائی جراثیم کی حامل ہوا پانی تک پہنچی پانی میں منتقل ہو جاتی ہے تو اس پانی کو کھانے پینے میں استعمال کرنے سے انفلوئنزا و اسہال و ہیفیہ وغیرہ کی وبا پھیل جاتی ہے۔

موجودہ سائنسی دور کی تحقیقات نے ثابت کر دیا ہے کہ ایک معمولی سے قطرے میں بھی بے شمار جاندار یعنی جراثیم ہوتے ہیں اور بول انسان میں کاربن جیسی زہر ہوتی جو ان جانداروں یعنی حسبِ انجم کو ہلاک کر دیتی ہے۔ پیغمبر اکرم نے آج سے چودہ سو برس قبل اس بغیر خوردہیں کے نظر نہ آنے والی مخلوق کے وجود کو بغیر کسی آلات کے واضح الفاظ میں بیان فرما دیا ہے۔ جسے آج کی سائنسی دنیا نے انہما کی کوشش کے بعد خوردہیںوں سے دیکھ کر معلوم کیا ہے۔ ملاحظہ ہو ارشاد حضرت پیغمبر اکرم صلی اللہ

۴۰) إِنَّ لِلْمَاءِ أَهْلًا وَسَكَنًا لَا تَبِلُ فِي الْمَاءِ
فَاتٌ لِلْمَاءِ أَهْلًا

”یعنی پانی میں بول نہ کرو کیوں کہ یقیناً پانی میں جاندار ہیں۔“

امام المتقین حضرت علی ابن ابی طالب نے بھی پانی میں بول و براز کرنے سے مانعت فرمائی ہے اور مندرجہ بالا ارشاد حضرت محمدی مرتبت کو بیان فرمایا ہے حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام سے دریافت کیا گیا کہ پانی کا ذائقہ مزہ کسما ہے؟ آپ نے فرمایا: پانی کا مزہ زندگی کا مزہ ہے۔

کیونکہ انسان پانی سب سے زیادہ پیتا ہے۔ اور پانی کے ذریعہ ہی مختلف جراثیم اُس کے جسم میں داخل ہو جاتے ہیں۔ ان جراثیم کی روک تھام سید ضروری ہے۔ اس کا سہل طریقہ اس حدیث مبارکہ میں بتایا گیا ہے کہ پانی کو اُبال کر رکھ دیا جائے تاکہ اس کے جراثیم فنا ہو جائیں۔ پھر اسے ٹھنڈا کر کے استعمال میں لایا جائے۔ یہ ایک ایسا عمل ہے اگر اس پر عمل پیرا ہوا جائے تو اکثر موسمی تغیرات سے پیدا ہونے والے وبائی امراض سے انسان محفوظ و مامون رہ سکتا ہے۔

• حضرت امام جعفر صادقؑ کا ارشاد گرامی ہے کہ جو شرب کیا ہوا پانی ہر درد کے لئے نافع ہے اور کسی طرح بھی نقصان نہیں پہنچاتا۔

پانی میں بے شمار جراثیم ہوتے ہیں جو ہم کو نظر نہیں آتے۔ ان جراثیم کی دریافت بالینڈ کے "لیون ہک" (۱۶۳۲ء تا ۱۶۸۲ء) نے کی۔ لیون ہک ان جراثیم کی دریافت کے لئے ایک اعلیٰ درجہ کی خوردبین سے مدد لی۔ اور ان جراثیم کا پتہ چلایا۔ لیون ہک کی تحقیق سے برسوں پہلے حضور ختمی مرتبتؐ نے بغیر کسی خوردبین یا آلے کے ان جراثیم کی نشان دہی یہ کہہ کر فرمادی کہ پانی ہمیشہ اُبالا ہوا پیو۔ تجربات سے ثابت ہوا ہے کہ پانی کو اُبالنے سے یہ جراثیم فنا ہو جاتے ہیں۔ حضرت امام جعفر صادقؑ کے ارشاد کے مطابق اُبالا ہوا پانی صحت کے لئے نفع بخش بھی ہے اور ہر درد کی دوا بھی ہے۔ چین کے رہنے والے لوگ

برسہا برس سے اس عمل کو اپناتے ہوئے ہیں اور اُبالا ہوا پانی پیتے ہیں۔

(۲۵) اِذَا شَرَبْتَ أَحَدَكُمْ فَلَا يَتَنَفَّسُ فِي الْإِنَاءِ

"تم میں سے کوئی شخص کچھ پینے لگے تو برتن میں پھونک نہ مارے۔"

"اونٹ کی طرح غٹ غٹ کر کے ایک گھونٹ (سانس) سے نہ پیو۔ بلکہ دو یا تین گھونٹ کر کے پیو۔ جب پانی پینے لگو تو لبسم اللہ پڑھو اور پینے کے بعد الحمد للہ کہو"

معلوم ہوا کہ غٹ غٹ کر کے ایک ہی سانس میں پانی پینا اونٹ کی خصلت ہے اور اس طرح پانی پینے سے پیاس اور بھڑکتی ہے اور اس طرح پانی بھی زیادہ پیاجاتا ہے اس سے کئی نقصانات کا اندیشہ ہوتا ہے۔ پانی جب پینے لگو تو لبسم اللہ کر کے پیو کہ اس میں برکت ہی برکت ہے۔ پانی پی کر ذات باری تعالیٰ کا شکر ادا کرنا چاہیے کہ اُس نے پانی جیسی نعمت سے ہم کو سیراب فرمایا۔

(۲۳) إِذَا اشْتَهَيْتُمُ الْمَاءَ فَاشْرَبُوهُ مَعَا وَلَا تَشْرَبُوهُ عَبَا الْعَبُّ يُوْرِثُ الْكِبَادَ

"جب پانی پینے کی خواہش ہو تو پانی کو یکدم ٹھکانا در و جگر کا باعث ہوتا ہے۔ جب آپ کو پانی یا کوئی دوسرا مشروب پینے کی خواہش ہو تو پانی یا مشروب ایک دم نہ نگل جائیں بلکہ گھونٹ گھونٹ کر کے پئیں کیونکہ ایک سانس میں پانی یا مشروب پینا صحت کے لئے مضر ہے۔ اور اس سے درد جگر پیدا ہوتا ہے۔"

• حضرت امام جعفر صادقؑ سے منقول ہے کہ "تین مرتبہ کر کے پانی پینا ایک

ہی مرتبہ کے پی لینے سے بہتر ہے"

(۲۴) يَشْرَبُ الْمَاءُ الْمَغْلِيَ فَإِنَّ الْمَاءَ الْمَغْلِيَ يَنْضَعُ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ

ہمیشہ اُبالا ہوا پانی پیاجائے۔ اُبالا ہوا پانی ہر شے سے زیادہ مفید ہے۔"

پانی پینا طعام کو ہضم کرتا ہے۔ اور رات کو کھڑے ہو کر پانی پینے سے پت اور صفراء کی زیادتی ہوتی ہے۔

• حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام نے فرمایا کہ پانی زیادہ نہ پیو کہ وہ ہر قسم کا درد پیدا کرتا ہے اور جب تک درد کی تاب ہو دو امت پیو۔

• حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام نے فرمایا کہ آب زم زم ہر مرض کیلئے شفا ہے۔

۲۶) سَيِّدُ الْأَشْرَبِ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ الْمَاءُ

• دنیا اور آخرت میں مشروبات کا سردار پانی ہے۔

حضور اکرمؐ نے ارشاد فرمایا ہے کہ دونوں جہاں میں مشروبات کا سردار پانی ہے احادیث میں ہے کہ حضور اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم ٹھنڈے پانی پینے کو پسند فرماتے تھے۔

• ٹھنڈے پانی کے پینے سے تسکینِ قلب اور فرحتِ محسوس ہوتی ہے۔

• حضرت امیر المومنینؑ نے فرمایا کہ مینہ کا پانی پیو کہ وہ بدن کو پاک و صاف

کرتا ہے اور بیماریوں اور دردوں کو بدن سے نکال دیتا ہے۔ روئے زمین کے

تمام پانیوں سے آب زم زم بہتر ہے۔ آب زم زم جس درد کیلئے پیا جائے دوا ہے

• حضرت امام جعفر صادقؑ سے منقول ہے کہ ٹھنڈا پانی حرارت کو فرو کرتا ہے

صفرا کو ساکن کرتا ہے طعام کو معدے میں گھلاتا ہے پت کو زائل کرتا ہے۔

• حضرت امام موسیٰ کاظمؑ نے فرمایا کہ پانی پینا کسی طرح برا نہیں ہے، طعام

کو معدے میں ہضم کرنا ہے غصہ کو کم کرتا ہے عقل کو بڑھاتا ہے۔ صفراء کو گھٹاتا ہے۔

آج کے جدید سائنسی دور کے ماہرینِ حفظانِ صحت نے جدید تحقیقات

کے ذریعہ یہ انکشافات کئے ہیں کہ ایک انسان کے چھینکنے سے دوسرے انسان

کو فلو، نزلہ، زکام ہو جاتا ہے اور تھوکنے سے بھی جراثیم اڑ کر دوسرے شخص

کو متاثر کرتے ہیں۔ اور ایک دوسرے کے سانس سے بھی نقصان پہنچ سکتا

ہے۔ یہی نہیں بلکہ پانی یا کھانے کی چیز پر پھونک مارنے سے جراثیم تحلیل ہو جاتے

ہیں۔ اور یہی جراثیم صحتِ انسانی کے لئے مضر ہیں۔ اس لئے کہ جب ہم سانس

لیتے ہیں تو سانس کے ذریعہ تنفس کو تازہ بہ تازہ ہوا فراہم کرتے ہیں اور ساتھ

ہی کثافت آمیز ہوا دگیس کو سانس کے ذریعہ خارج کرتے ہیں۔ یہ زہریلی

جراثیم آور ہوا دگیس جس کو طبی اصطلاح میں "کاربن" کہتے ہیں۔ اور جو

انسانی تنفس میں تازہ ہوا پہنچنے کے بعد خارج ہوتی ہے۔ پھونک مارنے سے

وہ فوراً پانی یا کھانے والی چیز میں شامل ہو جاتی ہے جس سے بہت سے

امراض پیدا ہو سکتے ہیں۔ اب غور فرمائیے کہ حضور اکرمؐ کا یہ ارشادِ گرامی حکمت

کے اصولوں پر کنٹنا حاوی و بھاری ہے جس کو آپؐ نے صدیوں پہلے بیان فرمایا۔

ہمیں چاہیئے کہ پانی یا کھانے والی چیزوں پر پھونک نہ ماریں۔ پانی پینے سے پہلے

پانی والے برتن کو دیکھ لیا جائے کہ اس میں کوئی تزکا یا کیڑہ مکوڑا وغیرہ تو نہیں ہے

• حضرت امیر المومنین علیؑ ابن طالبؑ سے منقول ہے کہ رات کے وقت

کھڑے ہو کر پانی مت پیو۔ ورنہ اس سے کوئی ایسا درد پیدا ہو جائے گا جس

کا علاج سوائے اس کے کچھ نہیں کہ خدا آرام کر دے۔

• حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام سے منقول ہے کہ دن میں کھڑے ہو کر

امراض

٢٧ مَا خَلَقَ اللَّهُ تَعَالَى دَاءَ الْأَوْخَلَقِ لَهُ دَوَاءٌ إِلَّا السَّامَ

"خداوند عالم نے ہر بیماری کی دوا کو پیدا کیا ہے سوائے موت کے۔ خداوند عالم نے ہر بیماری کی دوا کو پیدا کیا ہے۔ جتنی بیماریاں ہیں ان کا علاج ممکن ہے۔ اس حدیث میں حضرت بنی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے معالج سے رجوع کرنے، اور مرض کی دوا لینے اور مرض کا علاج کرانے کا حکم دیا ہے جب کوئی انسان کسی مرض میں مبتلا ہو تو اس کو علاج کرانا چاہیئے علاج کے لئے معالج سے رجوع کرنا سنت بنی اکرم ہے۔ اگر خداوند تعالیٰ جو شافی مطلق ہے چاہے تو دوا شفا کا بہانہ بن جاتی ہے اور اگر اس کی رضا نہ ہو تو اچھے اچھے قابل و لائق معالج بھی عاجز نہ آجاتے ہیں کیونکہ جب کسی کا وقت ہی پورا ہو جاتا ہے تو معالج کی سوچ اور فکر بھی جواب دیدیتی ہے اس لئے موت کا علاج ممکن نہیں ہے۔ موت کا آنا برحق ہے اور جب وقت مقررہ آئی گیا ہے تو دوا بھی کارگر و کار آمد نہ ہوگی۔"

٢٨ الَّذِي أَنْزَلَ الدَّاءَ أَنْزَلَ الشِّفَاءَ

"اللہ وہ ہے کہ جس نے بیماری کو بھی اتارا۔ اور شفا کو بھی نازل کیا۔"

• حضرت امام رضاؑ نے فرمایا کہ کھانے پر زیادہ پانی پینا کوئی نقصان نہیں کرتا۔ لیکن جب معدہ خالی ہو تو زیادہ پانی مت پیو۔
• مندرجہ بالا احادیث سے یہ بات معلوم ہوتی ہے کہ پانی بغیر پیاس کے نہیں پینا چاہیئے۔ جب پانی پیا جائے تو زیادہ نہ پیا جائے جتنی پیاس ہو اتنا پیا جائے۔ پانی تازہ ہو۔ ٹھنڈا ہو۔ دن میں کھڑے ہو کر اور رات کو لیٹ کر پیا جائے۔ خالی معدہ پانی نہ پیا جائے۔ کھانے کے درمیان میں پانی نہ پیا جائے بلکہ کھانے کے بعد کچھ دیر بعد پیا جائے۔ پیاس کو نہ روکا جائے۔ پیاس لگے تو فوراً پانی پیا جائے۔



ہے کہ اس قول نے مسلمانوں پر وہ احسان کیا ہے کہ وہ تمام دنیا میں دوا کی تلاش و جستجو میں گھوم گئے۔ حتیٰ کہ ان کی طب کے ایوان رعیع کے گنگوڑے یونان کی قمر حکمت سے چشمک زنی کرنے لگے :

ایک روایت میں ہے کہ لوگوں نے حضرت امام جعفر صادقؑ سے پوچھا کہ اسی دوا پتیا ہے کبھی تو وہ مر جاتا ہے اور کبھی صحت یاب ہو جاتا ہے (اس میں کیا رمز ہے؟ حضرت نے فرمایا حق تعالیٰ نے دوا پیدا کی ہے اور شفا بھی اسی کے ہاتھ میں ہے۔ اور کوئی بیماری اُس نے ایسی پیدا نہیں کی جس کی دوا نہ پیدا کی ہو۔ مناسب ہے کہ دوا پیتے وقت خدا کا نام لیا کرے (یعنی محض دوا پر بھروسہ نہ کرے بلکہ اُس سے بھی اعانت طلب کرے جس کے قبضہ قدرت میں مرض کا بھیجا ہے۔ دوا میں تاثیر بخشنا۔ صحت عطا فرمانا سب کچھ ہے)

۳۰۔ بَشِّرِ الْمَخْرُورَ مِنْ بَطُولِ الْعُمُرِ

یہ گرم مزاجوں کو طول عمر کی خوشخبری سنا دو :

عام طور پر گرم مزاج رکھنے والے افراد طویل عمر پاتے ہیں۔ اور زیادہ عرصہ تک زندہ رہتے ہیں۔

۳۱۔ أَصْلُ كُلِّ دَاءٍ الْبُرُودَةُ

ہر بیماری کی جڑ سردی ہے :

یعنی اکثر بیماریاں سردی کے سبب وجود میں آتی ہیں۔ اس حدیث مبارکہ کا تعلق اُن علاقوں سے معلوم ہوتا ہے جو نسبتاً بارہ میں ہیں۔ ویسے ہمارے یہاں بھی سردی کے موسم میں امراض سینہ، کھانسی، بخار وغیرہ وغیرہ زیادہ ہوتے ہیں۔

خداوند قدوس نے ہر بیماری کو اتارا ہے اور اس نے اپنی قدرت کاملہ سے ہر بیماری کی دوا کو پیدا کر کے ہر مرض کے شفا کا اہتمام کیا ہے۔ اب یہ الگ بات ہے کہ ہم نے اس بیماری کا صحیح علاج نہ کیا ہو۔ یا معالج مرض کی صحیح تشخیص ہی نہ کر سکا ہو۔ اگر کسی بیماری کا علاج نہ ہو سکا ہو تو یہ نہیں کہا جاسکتا کہ یہ لاعلاج مرض یا بیماری ہے بلکہ یہ کہا جاسکتا ہے کہ ابھی تک اس بیماری کی دوا دریافت نہیں ہو سکی یا ہم تک نہیں پہنچ پائی۔ ارشاد حضرت ختمی مرتبتؐ ہے کہ :-

۲۹۔ يَكُلُّ دَاءٌ دَوَاءً فَإِذَا أَصِيبَ دَوَاءٌ بَرِيءٌ بِإِذْنِ اللَّهِ

”ہر بیماری کے لئے دوا ہے۔ جب دوا بیماری کے نشان میں جاتی ہے تو مریض حکم خدا سے صحت پالیتا ہے۔“

اس حدیث مبارکہ سے ایک طرف تو اطباء و معالجین کی حوصلہ افزائی ہوتی ہے کہ وہ امراض کی علامت کو پیش نظر رکھ کر صحیح دوا کی تشخیص و تجویز کریں۔ اور صحیح دوا کی جستجو و کوشش میں رہیں۔ دوسری طرف مریضوں کی ہمت کو بھی مرض سے مقابلہ کی طاقت بخشتی ہے۔

ہو میوچھٹ طریقہ علاج ایک ایسا طریقہ علاج ہے جس میں مرض کے نام کی کوئی دوا نہیں بلکہ مریض کے افعال و کردار و گفتار کو پیش نظر رکھ کر علامات کا جائزہ لیا جاتا ہے اور جو علامات میسر آتی ہیں اُن کے شل دوا تجویز کر دی جاتی ہے جس سے مریض فوراً صحت یاب ہو جاتا ہے۔ آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی اس حدیث مبارکہ پر تبصرہ کرتے ہوئے مشہور معالج ڈاکٹر چہرہ ڈھان مین رقم

پھیلے نہ پائیں۔
۳۲ **نَهَى أَنْ تَتَغَوَّطَ الرَّجُلُ عَلَى شَفْرِ مِثْرٍ**
يَسْتَعْذِبُ مِنْهَا أَوْ عَلَى شَفْرِ نَهْرٍ
يَسْتَعْذِبُ مِنْهَا

• آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے کنویں کے کنارے اور نہر کے کنارے جس سے پانی کا پانی حاصل کیا جاتا ہو بول و براز کرنے سے منع فرمایا ہے۔

حضور اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم اس امر سے منع فرمایا کہ (میٹھے) پانی کے کنویں اور میٹھے پانی کی نہر کے کنارے انسان بول و براز کرے۔ کیونکہ کنواں اور نہر جو کہ مخزن آب ہیں اور لوگوں کو پینے کا پانی وہاں سے میسر آتا ہے اُس کے کنارے اگر بول و براز سے آلودہ ہو جائیں گے تو اُس کے جراثیم اور نجاست پانی میں شامل ہو کر کئی بیماریوں کا سبب بن سکتے ہیں اور اس سے چھپکچھپک داسہال بخسرہ، جیش، ہیفہ جیسی بیماریاں پھیلنے کا اندیشہ ہے۔

۳۵ **نَهَى عَنْ يَبُولِ أَحَدٍ تَحْتَ شَجَرَةٍ مُشْمَرَةٍ**
 ”آنحضرت نے پھل دار درخت کے نیچے پیشاب کرنے سے منع فرمایا ہے۔“

حکماء اور محققین نے یہ تحقیق کی ہے کہ اکثر بیماریاں جیسے تپ دق و سہل آنول کی سوزش اور بعض متعدی بیماریوں کے جراثیم ان ہیلوں میں شایب کرنے سے پیدا ہوتے ہیں اور ان کے اثرات سے پھل کھانے والا متاثر ہوتا ہے یعنی نباتات آلودہ پھلوں کے کھانے سے متعدی امراض پیدا ہوتے ہیں اسی لئے حضرت سرکارِ دو عالم نے پھل دار

۳۳ **لَا تَوَالِ تَرَابَ خَلْفَ بَابٍ فَإِنَّهُ**
مَأْوَى الشَّيْطَانِ

کوڑا کرکٹ دروازے کے پیچھے مت پھینکو کیونکہ یہ شیطان کی پناہ گاہ ہے۔

اسا اے صحت و صفائی کی جانب کافی توجہ دلائی ہے اور صفائی کو ایمان کا سبب قرار دیا ہے۔ کوڑا کرکٹ اگر گھر کے دروازے کے نزدیک پھینکا جائیگا تو وہ سب جراثیم کی آماجگاہ بن جائیں گے اور وہ جراثیم اڑاڑ گھر میں واپس آئیں گے اور اس گھر کے لوگوں کے لئے کئی امراض کا پیش خیم بن جائیں گے۔ حدیث مبارکہ میں جراثیم کو شیطان سے کہا گیا ہے شیطان گمراہ کرتا ہے اور جراثیم سے مختلف امراض پیدا ہوتے ہیں۔

۳۳ **مَنْ فِقَهُ الرَّجُلُ أَنْ يَخْتَارَ**
مَوْضِعًا لِبَوْلِهِ

”انسان کی دانائی یہ ہے کہ وہ اپنے بول و براز کے لئے کسی خاص جگہ کا تعین کرے۔“

جس غیر مہذب زمانے میں بیت الخلا کا رواج نہیں تھا۔ ہادی برحق نے اس حدیث کے ذریعہ بول و براز کے لئے مخصوص جگہ کا تعین کا ارشاد فرمایا اور اس عمل کو دانائی قرار دیا۔ بول و براز میں چونکہ جراثیم ہوتے ہیں اور جگہ جگہ کرنے سے جراثیم پھیلنے ہیں اور کئی بیماریاں پیدا کرتے ہیں۔ اس لئے ایک ہی جگہ کو بول و براز کے لئے مخصوص کرنے کی تاکید کی گئی ہے تاکہ بول و براز کا تعین اور جراثیم ایک ہی مقام پر رہیں اور

آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے تقریباً چودہ سو سال پہلے اس امر کی حلیت کی تھی کہ کوڑھ اور جذام والے شخص سے بات کرتے وقت ایک ہاتھ دُور رکھ کر بات کہے جائے۔ موجودہ سائنسی دہریوں جو تحقیقات سامنے آئی ہیں (جن کا تذکرہ آئندہ کیا جائیگا) کوڑھ اور جذام متعدی بیماریاں ہیں۔ اُس کے جراثیم بہت جلد دوسروں تک منتقل ہو جاتے ہیں۔ اگر گفتگو کرنے والا ایسے مریض کے نزدیک ہو گا کہ جس کو کوڑھ ہو تو سانس کے ذریعہ اُس کے جراثیم تندرست انسان میں منتقل ہو جائیں گے۔ اسی لئے کم از کم ایک ہاتھ دُور رکھ کر گفتگو کرنے کا حکم دیا گیا ہے۔

۳۸) فَرَمِنَ الْمَجْذُومُ فِرَارًا مِنَ الْأَسَدِ

”جذام والے سے اس طرح بھاگو جیسے شیر سے بھاگتے ہیں“

جذام ایک ہودھی و متعدی مرض ہے جس کے جراثیم تندرست آدمی کو لگ جاتے ہیں تو اس کے جسم میں انبھار اور گانٹھیں پیدا ہو جاتی ہیں۔ جذام کے جراثیم کو بشیر کی شبیہ قرار دیا گیا ہے اور اس کو عربی میں شیر کی بیماری سے تعبیر کیا گیا ہے۔ حضرت سرکارِ دو عالم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے چودہ سو سال قبل جذام والے سے بچنے کے لئے اُس کے جراثیم کی نشان دہی بغیر کسی آلات کے فرمادی کہ جذام والے سے اس طرح بھاگو جیسے شیر سے بھاگتے ہیں۔ یہ شہاد میں ڈاکٹر مانس نے جذام کے جراثیم کو دریافت کیا اور اس کو ایک متعدی مرض قرار دیتے ہوئے آنحضرت کے ارشاد مبارک پر مہرِ تصدیق ثبت کیا۔ ہادیِ برحق کو صحت انسانی کا کتنا خیال تھا کہ آپ نے مبروص و کوڑھی اور جذامی سے ”دُور“ بننے کی ہدایت فرمائی۔ حضرت امام جعفر صادقؑ سے منقول ہے کہ جب یہی رسم (جذام و مبرص و کوڑھ) کے لوگوں کو دیکھو تو خدا سے عافیت طلب کرو اور ان

درختوں کے نیچے پناہ کرنے سے منع فرمایا ہے۔

۳۹) اَعْتَمُوا بَرْدَ الرَّبِيعِ فَإِنَّهُ يَفْعَلُ بِأَبْدَانِكُمْ مَا يَفْعَلُ بِأَشْجَارِكُمْ وَأَجْتَنِبُوا بَرْدَ الْخَرِيفِ فَإِنَّهُ يَفْعَلُ بِأَبْدَانِكُمْ مَا يَفْعَلُ بِأَشْجَارِكُمْ

”موسم بہار کی ہوا کو غنیمت سمجھو، تمہارے جسم پر اس کا وہی اثر ہوتا ہے جو اس ہوا کا اثر درختوں پر ہوتا ہے۔ اور موسم خزاں کی ہوا سے بچو، کیونکہ وہ تمہارے جسم پر وہی اثر کرتی ہے جو درختوں پر کرتی ہے۔“

موسم بہار میں درخت سرسبز و شاداب ہو جاتے ہیں۔ کوئل کھلتی ہے کلیاں مسکراتی ہیں، خوشبودار سوائیں پھیل جاتی ہیں اور ہر شے پر بہار میں حسن و رعنائی آ جاتی ہے۔ بہار میں جسم انسانی ہشاش و بشاش ہو جاتا ہے۔ دلفریب و بھینی بھینی ہوا جسم انسانی کو صحت مند بناتی ہے اور موسم خزاں میں درختوں کے پتے پیلے ہو کر رفتہ رفتہ گر جاتے ہیں۔ درختوں کا حسن ختم ہو جاتا ہے، ایسے ہی جسم انسانی پر موسم خزاں کے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔

۴۰) كَرِهَ اللَّهُ أَنْ يَكَلَّمَ الرَّجُلَ مَجْذُومًا إِلَّا أَنْ يَكُونَ بَيْنَهُ وَبَيْنَهُ قَدْرُ ذِرَاعٍ

”اللہ اس بات کو برا سمجھتا ہے کہ کوئی شخص کوڑھی سے بات کرتے وقت اپنے اور اُس کے درمیان ایک ہاتھ کا فاصلہ طوفا نہ رکھے۔“

خوشبو لگاؤ۔ زینت کرو کیونکہ یہ عمل خدا کو پسند ہے۔ اور خدا صاحبِ زینت کو دوست رکھتا ہے۔ مگر یہ ضرور ہے کہ مالِ حلال سے ہو اور اسراف کی حد تک نہ پہنچے۔ حضرت امام جعفر صادقؑ نے فرمایا کہ پروردگار کا عالم ترکِ زینت اور بدعالی کو مذموم سمجھتا ہے اور نفیس لباس پہننا خوشبو لگانا اور مکان کو صاف دھو کر رکھنا خدا کو محبوب ہے۔ حضرت امیر المومنینؑ سے منقول ہے کہ اچلے کپڑے پہننے سے رنجِ خدا دور ہوتے ہیں اور نماز قبول ہوتی ہے۔

امراض کا علاج کرنا سنتِ نبوی اکرمؐ ہے

زاد المعاد میں حضرت بلال بن رباحؓ سے یہ روایت نقل ہے۔
 قَالَ دَخَلَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَلَى مَوْلِيٍّ يَتَوَدُّهُ فَقَالَ أَدْسِلُوا إِلَيَّ طَبِيبٌ فَقَالَ قَائِلٌ وَأَنْتَ تَقُولُ ذَاكَ؟ يَا رَسُولَ اللَّهِ! قَالَ نَعَمْ إِنَّ الشَّيْءَ عَزَّوَجَلَّ لَمْ يَنْزِلْ دَاءً إِلَّا أَمَزَلْ لَهُ دَوَاءً

حضرت بلال بن رباحؓ بیان کرتے ہیں کہ حضرت رسول اکرمؐ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم ایک مریض کی عیادت کے لئے تشریف لے گئے۔ آپؐ نے حکم فرمایا کہ کسی طبیب کو بلا بھیجو، یہ سن کر حاضرین میں سے کسی نے عرض کیا کہ یا رسول اللہؐ کیا آپؐ یہ فسر مار رہے ہیں۔ حضورؐ نے فرمایا۔ ہاں بے شک اللہ بزرگ و برتر نے کوئی ایسی بیماری نہیں نازل کی جس کی دوا کو نہ آتا ہو۔

کے مرض سے غافل نہ رہو کہ مبادا تمہارے بدن میں سراسیمت کر جائے۔
 دوسری حدیث میں آنحضرتؐ نے فرمایا کہ جو لوگ بلاؤں میں مبتلا ہیں۔ اُن کی طرف کم دیکھو۔ اُن کے پاس مت جاؤ۔ اور جب اُن کے پاس سے گزرنے کا موقع ملے تو جلد گزر جاؤ۔ ایسا نہ ہو کہ جو بیماری اُنہیں ہے وہ تمہیں لگ جائے۔

۳۹ لَا يُمْسَحُ أَحَدُكُمْ بَثْوَبٍ مِنْ لَمْ يَكْسِدْ

”جسم سے آثارے ہوئے لباس کو کوئی ہاتھ نہ لگائے۔“
 جسم سے جو لباس اتارا جاتا ہے اس میں کثافت ہوتی ہے۔ بار بار میلے کپڑے لباس کو ہاتھ لگانے سے کثافت کے جراثیم ہاتھوں کے ذریعہ منتقل ہوتے ہیں اور اس طرح بہت سی بیماریاں پھیلنے کا اندیشہ ہے۔

۴۰ مَنْ اتَّخَذَ ثَوْبًا فَلْيَنْظِفْهُ

”جب بھی آپ لباس زیب تن کرنا چاہیں تو اسے پاک و صاف کر لیں۔“
 اسلام میں پاکیزگی اور صفائی کو نہایت اہمیت حاصل ہے۔ اسلام ظاہری صفائی کے ساتھ طہارت و پاکیزگی کو بھی ضروری قرار دیتا ہے اور صفائی کو نصف ایمان قرار دے کر روح کی پاکیزگی کے لئے جسم کی طہارت کو لازم قرار دیا ہے۔ اس لئے لباس کو پاک و صاف رکھنا چاہیئے۔ لباس کو پاک و صاف رکھنے سے بہت سی بیماریاں مثلاً سفلس، تپ دق و دیگر وبائی امراض سے انسان محفوظ و مامون رہتا ہے آنحضرتؐ نے لباس کی نفاذ کا خاص طور سے حکم فرمایا ہے۔

احادیثِ معتبرہ میں ہے کہ عمدہ اور اپنے حسبِ حال نفیس لباس زیب تن کرنا باعثِ خوشنودی خدا ہے۔ حضرت رسول اکرمؐ نے ارشاد فرمایا ہے کہ عمدہ کپڑے پہنو

۴۱ دَاوُوا مَرْضَاكُمْ بِالصَّدَقَةِ

”تم اپنے بیماروں کا علاج صدقہ سے کرو“

حضرت رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا کہ تم اپنے بیماروں کا علاج صدقہ سے کرو۔ فرمایا کہ صدقہ بڑی بڑی تلاؤں کو مال دیتا ہے۔ اور بہت صدقہ دینے والا دولت و خوری اور خرابی کی موت نہیں مرنے لے۔

منقول ہے کہ ایک شخص نے حضرت امام موسیٰ کاظمؑ کی خدمت میں عرض کی کہ میرے بال بچے وغیرہ ملائکہ صہب دس آدمی ہیں اور سب کے سب بیمار ہیں۔ فرمایا سب بہتر علاج صدقہ ہے۔ کیونکہ صدقہ سے بہتر اور جلد تر کوئی چیز فائدہ نہیں کرتی۔

امراض چشم کا علاج

ہر انسان کے لئے آنکھیں خدا کی نعمتوں میں سے ایک بہت بڑی نعمت ہیں۔ آنکھوں کی حفاظت کرنا ہر انسان کا اولین فرض ہے کیونکہ اس میں اُس کی بھلائی ہے۔ اگر آنکھیں نہ ہوں تو انسان کی دنیا اندھیری ہو جاتی ہے۔ آنکھوں کے امراض اور ان کی تفصیل بیان کرنے کے لئے تو ایک پوری کتاب لکھی جائے تو وہ بھی ناکافی ہے اور اسی طرح علاج کے لئے بھی کثیرہ صفحات کی ضرورت ہے۔ ان صفحات میں صرف یہ بتلانا مقصود ہے کہ رحمت اللعلین اور امیر معصومین نے امراض چشم کے لئے کیا علاج تجویز فرمایا ہے۔

۴۲ اَنَّ نَاسًا مِّنْ أَصْحَابِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالُوا لِرَسُولِ اللَّهِ الْكُفْمَاةُ

بنا من فطرت انسانی حضرت ختمی المررت کے اس ارشاد گرامی سے صاف واضح ہے کہ اگر کوئی مرض لاحق ہو تو علاج معالجہ کے لئے معالجین سے رجوع کرنا چاہیئے اور علاج کرانا چاہیئے۔ اور یہ کہ کسی مرض کا علاج کرنا سنت نبی اکرمؐ ہے۔ اور کوئی مرض لا علاج نہیں ہے۔ شافی مطلق نے ہر مرض کے ساتھ اس کا مداوا پیدا کر دیا ہے۔ اس لئے علاج معالجہ کو ترک نہیں کرنا چاہیئے اور شفا یابی سے بھی مایوس نہیں ہونا چاہیئے۔

حضرت امام جعفر صادقؑ سے منقول ہے کہ پیغمبروں میں سے کوئی پیغمبر بیمار ہو گئے انہوں نے کہا کہ میں دوا نہ کروں گا۔ جس نے مجھے بیمار کیا ہے وہی تندرست بھی کر دے گا حق تعالیٰ نے وحی بھیجی کہ جب تک تم علاج نہ کرو گے میں شفا نہیں دوں گا۔

ایک اور روایت میں ہے کہ لوگوں نے حضرت امام جعفر صادقؑ سے پوچھا کہ آدمی دوا پتیا ہے۔ کہہی تو وہ مر جاتا ہے اور کہی اچھا ہو جاتا ہے۔ مگر اکثر تو اچھا ہی ہوتا ہے (اس میں کیا مرض ہے)۔ فرمایا حق تعالیٰ نے دوا پیدا کی ہے اور شفا بھی اسی کے ہاتھ ہے۔ اور کوئی بیماری اُس نے ایسی نہیں پیدا کی جس کی دوا نہ ہو۔ مناسب ہے کہ دوا پتے وقت خدا کا نام لیا کرے (یعنی عرض دوا پر بھروسہ نہ کرے بلکہ اُس سے بھی اعانت طلب کرے جس کے قبضہ قدرت میں مرض کا بھیجا، دوا میں تاثیر و شفا۔ صحت عطا فرمانا سب کچھ ہے)

حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام سے منقول ہے کہ اکثر درد اور بیماریاں صغراؤ سواد کے غلبہ سے اور جلے ہوئے خون اور بلغم کی زیادتی سے پیدا ہوتی ہیں۔ آدمی کے لئے مناسب ہے اپنے حفظ صحت میں کوشش کرے مبادا اخلاط فاسدہ غالب آجائیں اور اسے پلاک کر دیں۔

حضرت جابر رضی اللہ عنہ بیان فرماتے ہیں کہ

(۴۳) سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ عَلَيْكُمْ بِالْأَثْمَدِ فَإِنَّهُ يَجْلُو الْبَصَرَ وَيَنْبُتُ الشَّعْرَ (متدرک ماکم)

”میں نے سنا ہے کہ حضرت نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم فرماتے تھے کہ تم سوتے وقت سیاہ رنگ کا سرمہ ضرور لگایا کرو۔ بیشک یہ نگاہ کو روشنی بخشتا ہے۔ اور

بال اگاتا ہے۔“

(۴۴) عَلَيْكُمْ بِالْأَثْمَدِ فَإِنَّهُ يَجْلُو الْبَصَرَ وَيَنْبُتُ الشَّعْرَ

”اثمد کو اپنے اوپر لازم کرلو۔ کیونکہ یہ نگاہ کو تیز کرتا اور بالوں کو اگاتا ہے۔“

(۴۵) عَلَيْهِ وَسَلَّمَ خَيْرُ الْحَالِكُمُ الْأَثْمَدُ يَجْلُو الْبَصَرَ وَيَنْبُتُ الشَّعْرَ

”سب سے بہتر سرمہ اثمد ہے جو نگاہ کو تیز کرتا ہے اور بالوں کو اگاتا ہے۔“
 غور فرمائیے کہ حضرت نبی کریمؐ نے آنکھوں کی صافیت کے لئے کتنا سہل نسخہ تجویز فرمادیا ہے کہ سرمہ لگایا کرو۔ اس سے نگاہ میں تیزی پیدا ہوتی ہے اور بصارت کو تقویت حاصل ہوتی ہے۔ بال اگتے ہیں۔ اب حضرات ائمہ طاہرینؑ کے ارشادات سرمہ سے متعلق اور آنکھوں کی مختلف بیماریوں کے علاج جو انہوں نے تجویز فرمائے ہیں ملاحظہ کیجئے

■ حضرت امام محمد باقرؑ سے منقول ہے کہ سرمہ لگانے سے منہ میں خوشبو پیدا ہوتی ہے اور بلیکس مضبوط ہو جاتی ہیں۔

راسن ابن اجمہ جلد دوم ص ۷۷ حلیۃ المتقین ص ۳۳ تہذیب الاسلام

جَدَرِي الْأَرْضِ فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْكُمَاةُ مِنَ الْمَنِّ وَمَاءُهَا شِفَا الْعَيْنِ

”حضرت رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے کچھ اصحاب نے حضورؐ سے عرض کیا کہ کماۃ (دکھنی) زمین کی چھپک ہے۔ اس پر حضور اکرمؐ نے فرمایا کہ کھنی تو ”مَنْ جِئَ“ ہے۔ اور اس کا پانی آنکھوں کے لئے شفا ہے۔“

کماۃ (دکھنی) جس کو کھنب بھی کہا جاتا ہے۔ برسات کے موسم میں زمین میں خود بخود اگتی ہے۔ اس کی کاشت نہیں ہوتی۔ یہ دودھیا، سفید، سرخ اور سیاہ رنگت کی ہوتی ہے۔ سیاہ رنگ کی کھنی انتہائی زہریلی ہوتی ہے اس کو استعمال نہیں کرنا چاہیئے اس کو خشک کر کے پس کرکھا جاتا ہے۔ اس کی ترکاری بھی بنائی جاتی ہے جو کھانے میں بہت لذیذ ہوتی ہے۔ اسہال کے لئے نافع ہے۔ اس کی خاصیت خشک و تر ہے چند کھنیوں کو لے کر اس کا پانی پھوڑ کر شیشی میں بھر لیا جاتا ہے اور اس پانی کو آنکھوں میں ڈالا جاتا ہے۔ ماہرین چشم اطباء کو ہادی برحق کے ارشاد کی روشنی میں ”کھنی پر تحقیق کرنا چاہیئے۔ کیونکہ حضورؐ کے ارشاد کی صداقت سے کوئی انکار نہیں کر سکتا۔ کافی میں یہ حدیث معتبر حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام منقول ہے کہ فرمایا جناب رسالت مآب صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے کہ کماۃ (دکھنی) داخل ”من وسلوی“ ہے جو نبی المرسل پر نازل ہوا تھا۔ اور میرے لئے بہشت سے آیا۔ اس کا پانی آنکھ کے لئے شفا ہے۔“

حَدَّثَنِي وَهُوَ غَدَا جَوْنِي أَسْرَائِيلَ كَوْمَرَا مِنْ عَطَا بَنِي مَنِي۔
 وہ کھنی کو انگریزی میں شروم کہتے ہیں۔ ہندوستان میں بعض لوگ اسے سانپ کہتے ہیں۔
 حلیۃ المتقین علامہ مجلسیؒ ص ۷۷ طب نوئی، حافظ نذرا احمد ندک سن ماجہ،

حضرت امام موسیٰ کاظم علیہ السلام سے مقبرہ روایت میں منقول ہے کہ مہر متوہی
اور کافہ ہر دو ہم وزن لے کر خوب باریک پسینا کر کے پیس چھان کر رکھ
چھوڑیں اور ہر مہینہ ایک مرتبہ سرسہ کی طرح لگایا کریں، آنکھوں کی کسی بیماری اور
درد سر کی بھی شکایت نہ ہوگی۔ ۱۰

لگا لو۔

■ حدیث صحیح میں منقول ہے کہ کسی شخص نے حضرت امام جعفر صادق کی خدمت میں
آنکھوں کے مرض کی شکایت کی، حضرت نے ارشاد فرمایا کہ جدوار اور کافور لے کر
دو اتیار کرے (اور آنکھوں میں لگائے) دوسری روایت میں ہے کہ یہ بھی فرمایا
کہ اس دوا کے استعمال سے آنکھوں کو اور دل کو تقویت پہنچتی ہے اور ضعف جاتا
رہتا ہے،

■ حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام کا ارشاد ہے کہ آنکھوں کی پتلیوں میں جو
سفیدی آجاتی ہے اس کے لئے دانہ درنگ نافع ہے۔ اس پتھ کو انتانی باریک
پیس کر مثل سرسہ استعمال کرنے سے مرض جاتا رہتا ہے۔ ۱۱

■ روایت میں منقول ہے کہ ایک شخص نے حضرت امام جعفر صادق کی خدمت میں سفیدی
چشم کی شکایت کی اور یہ بھی عرض کیا کہ میرے جوڑے جوڑے درد رہتا ہے۔ اور
دانتوں میں بھی درد ہے حضرت نے اس کو یہ نسخہ جوڑ فرمایا۔ فلفل سفید،
دار فلفل ہر ایک سات سات ماشہ، نونہ درصاف کردہ ساڑھے تین ماشہ
کو خوب باریک پس کر کر پڑے سے چھان لیں پھر دونوں آنکھوں میں تین تین سلاٹیاں
لگا کر اس کی سوزش کا تحمل کرو۔ اور ایک گھنٹہ تک صبر کرو، انشاء اللہ سفیدی بظرف
ہو جائے گی، اور آنکھ میں جو ناند گوشت بڑھ گیا ہے وہ بھی دور ہو جائے اور
درد کو بھی سکون ہوگا۔ اس کے بعد آنکھ کو آبِ تازہ (آبِ صافی) سے دھو
کر معمولی سرسہ لگایا جائے۔ ۱۲

۱۰ طب الصادقؑ - تہذیب الاسلام - ۲ حلیۃ المتقین - تہذیب الاسلام

دیگرہ وغیرہ ،

چکنی اور چربی کی اشیاء بھی امراضِ قلب کا باعث بنتی ہیں۔ کیونکہ ان سے کلیسٹرول نامی مادہ جسم میں زیادہ ہو کر خون کو گاڑھا کر دیتا ہے۔ اور خون گاڑھا ہو تو شریانوں میں خون کی روانی متاثر ہوتی ہے۔

امراضِ قلب میں جہاں اب تک بے شمار وجوہات و اسباب نظر آتے ہیں اور بیان کئے جاتے ہیں وہاں خون کے سیاہ اور گاڑھے پن کو بھی ایک اہم عاملہ سمجھا جاتا ہے۔ خون کے گاڑھے پن کے بارے میں کیلی فورنیا یونیورسٹی کے ڈاکٹر جان گافین کا کہنا ہے کہ جانوروں کی پسربی اور اندوں میں ایک مادہ کلیسٹرول، لیڈار خصوصیات کا حامل ہوتا ہے جو خون پر تین طرح سے اثر انداز ہوتا ہے۔

۱۔ جب کلیسٹرول سے بھر پور خوراک جسم انسانی میں داخل ہوتی ہے تو کلیسٹرول خون میں جذب ہو کر اسے لیس دار بنا دیتا ہے۔

۲۔ لیس کی وجہ سے شریانوں کی پلکٹ کافی حد تک مفقود ہو جاتی ہے اور انہیں سختی کے باعث زیادہ محنت کرنا پڑتی ہے جس سے اکثر خون منجمد ہو جاتا ہے۔

۳۔ اچانک حرکت قلب بند ہونے والے مریضوں کی حرکت قلب بند ہونے کی وجوہات کی تحقیق و جانچ پڑتال کرنے سے معلوم ہوا کہ ان کی عام خوراک میں کلیسٹرول کو تحلیل کرنے والے وٹامنز پیدا ہوتے ہیں جس کے باعث کلیسٹرول کے سخت ردِ عمل سے خون جم جاتا ہے اور قلب اپنا کام بند کر دیتا ہے مشہور

برطانوی ماہر قلب سروس کنیڈی نے اپنے مشاہدات و تجربات میں بیان کیا ہے کہ جفا کشوں کی بہ نسبت امیروں اور خوشحال و پر سکون گھرانوں میں اس مرض کو زیادہ پایا جاتا ہے،

امراضِ قلب کا علاج

قلب جسم انسانی کے اندر بادشاہ کی حیثیت رکھتا ہے جسم کا ہر پرزہ قلب کی حفاظت کرتا ہے اور اس کے لئے خون پہنچاتا ہے۔ قلب بھی اپنی ڈیوٹی پوری طرح انجام دیتا ہے اور جسم کے اندر ایک ایک ریشہ تک خون پہنچاتا ہے۔ اگر خدا خواستہ قلب میں کوئی نقص پیدا ہو جائے یا وقتی طور پر کچھ گڑبڑ ہو جائے تو سائے اعفا اس کی وجہ سے متاثر ہو جاتے ہیں اور جسم کا نظام درہم برہم ہو جاتا ہے۔

چھوٹا سا یہ لوہڑا جس کی ساخت بیماری مٹھتی برابر ہے۔ پلوے جسم کو خون کی فراہمی اور شریانوں کے ذریعہ جسم کے ہر حصہ میں خوراک اور آکسیجن کی فراہمی اسی لوہڑے کا کام ہے۔

ہمارے جسم میں قلب کا سب سے اہم کام خون کو صاف کرنا ہے اور وریدوں (گندے خون کی نالیوں) سے شریانوں (صاف خون کی نالیوں) میں منتقل کرنا ہے۔ قلب پر انسان کی صحت اور عدم صحت کا دار و مدار ہے اگر اس میں بگاڑ پیدا ہو جائے تو انسان کی صحت میں بگاڑ پیدا ہو جاتا ہے اور اس کی حرکت رک جائے تو زندگی کا چراغ ہی گل ہو جائے۔ امراضِ قلب کے یوں تو بہت سے اسباب ہیں۔ بعض اطباء ماہرین قلب نے جو بیان کئے ہیں اس میں سے چند یہ ہیں۔ معدہ میں نقص و بد ہضمی، پر خوری، مرغن غذاؤں کا بکثرت استعمال، ثقیل غذاؤں کا کھانا، کثرتِ تبا کو نوشی، فے نوشی، شدید دماغی و ذہنی الجھنیں، زیادہ خوف، چائے اور زیادہ شکر کا استعمال

کھجور صحرائی علاقے کا موسم گرما میں پیدا ہونے والا پھل ہے جسے کھنے کے بعد احتیاط سے سمجھال لیں تو سال بھر استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اس کی بے شمار اقسام ہیں جو رنگت اور ذائقہ اور تاثیر میں بھی ایک دوسرے مختلف ہوتی ہیں۔ عجمہ کھجور، کھجوروں کی اعلیٰ قسم میں سے ہے یہ کھجور ذائقہ میں لذیذ اور مغز ج ہے۔ حجم میں درمیان سا نہ ہوتا ہے اور اس کا رنگ سیاہی مائل ہوتا ہے۔ کھجور سے متعلق تذکرہ ہم آئندہ صفحات میں تحریر کریں گے۔ یہاں تو صرف عجمہ کھجور کے بارے میں تحریر کرنا مقصود تھا کہ آنحضرتؐ نے امراض قلب کے لئے عجمہ کھجور کو علاج تجویز فرمایا۔ اور طبیب سے رجوع کرنے کا حکم فرمایا قلب کے بارے میں ایک اور حدیث ملاحظہ ہو۔

(۴۸) قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْإِنَّ فِي الْجَسَدِ لَمَضْغَةٌ إِذَا صَحَّتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ - الْإِوهَى الْقَلْبُ

حضرت نعمان بن بشیر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ حضرت بنی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا۔ یاد رکھو۔ جسم میں ایک لوتھڑا ہے جب تک وہ ٹھیک ہے۔ سارا جسم ٹھیک ہے اور جب اس میں خرابی ہو جائے سارے جسم میں خرابی پیدا ہو جاتی ہے خوب یاد رکھو۔ یہ قلب ہے (متفق علیہ مسلم۔ ابن ماجہ)

آنحضرتؐ نے چودہ سو سال پہلے بغیر کسی آلات وایکمرے مشین کے قلب کی تشریح مندرجہ بالا حدیث میں بیان فرمادی، ایک اور حدیث قلب کے علاج سے متعلق ملاحظہ ہو جس کے راوی حضرت طلحہ بن عبیدہ ہیں۔

(۴۹) دَخَلْتُ عَلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

آج کے جدید ترقی یافتہ دور میں جہاں یہ مرض دن بدن بڑھتا جا رہا ہے اور عام ہوتا جا رہا ہے وہاں اس کے علاج بھی نئے نئے دریافت ہو رہے ہیں اور انت نئی ادویہ سامنے آرہی ہیں۔ ایک علاج باقی پاس بھی دریافت ہوا لیکن اس مرض پر مکمل قابو نہیں پایا جاسکا۔ امراض قلب کا علاج جس کو حضرت بنی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے آج سے چودہ سو سال قبل فرمایا وہ بھی ملاحظہ کیجئے۔ حضرت سعید رضی اللہ بیان کرتے ہیں۔

(۴۶) مَرَضْتُ مَرَضًا فَأَتَانِي النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لِيُعَوِّدَنِي فَوَضَعَ يَدَهُ بَيْنَ ثَدْيَيْ حَتَّى وَجَدْتُ بَرْدَهَا عَلَى قَوَادِي وَقَالَ إِنَّكَ رَجُلٌ مَفْقُودٌ أَنْتَ الْحَارِثُ مِنْ كُلَّةِ أَخِ الْفَيْفِ فَإِنَّهُ رَجُلٌ يَتَطَيَّبُ فَلْيَأْخُذْ سَبْعَ تَمَرَاتٍ مِنْ عَجْوَةٍ الْمَدِينَةِ فَلْيَجَاهِنْ بَنَوَاهُنَّ ثُمَّ لِيَلِدْكَ بِهِنَّ -

”میں ایک دفعہ بیمار ہو گیا تو حضورؐ میری بیمار پرسی کو لے کر لائے۔ آپ نے میری چھاتیوں کے درمیان (سینہ پر) دست مبارک رکھا۔ مجھے اس کی ٹھنڈک دل کو غم سے ہوتی۔ آپ نے فرمایا تمہیں دل کی تکلیف ہے تم حارث بن کلدہ ثقفی کے پاس جاؤ کیونکہ وہ طبیب ہے۔ اسے چاہیے کہ وہ مدینہ کی عجمہ کھجور کے سات دانے لے کر انہیں گھلیو لے سمیت کوٹ لے اور وہ تہا لے منہ میں ڈال دے گے

لے آنحضرتؐ کے زمانے میں عرب کے طبیب تھے ابو داؤد، طب نبوی

کے دوران تسکین بخش ثابت ہوتا ہے ۲

ڈاکٹر بلینغ الدین جاوید تحریر فرماتے ہیں کہ ”بہی کھانے سے جگر اور آنٹوں کو طاقت ملتی ہے اور آنٹوں کے سدرے ختم ہو جاتے ہیں۔ دل و دماغ اور پھیپھڑوں میں بہی کا استعمال بہترین اور نفع بخش ہے۔ ریگ مثانہ اور ستھری بہی کھانے سے ختم ہو جاتی ہے۔ کھانسی کے لئے بہی کا مرہ اکیر اعظم کا حکم رکھتا ہے۔ بہی منہ سے خون آنے والے مریضوں کے لئے بے حد مفید ہے۔ حاملہ عورتوں کے لئے بہی بے حد مفید ہے۔ بہی کا مرہ استعمال کرنے سے حاملہ عورتوں کا حمل گرنے کا خدشہ نہیں رہتا۔ یہ بھی موجودہ دور کے ایک طبیب کی تحقیق کہ سفر جل قلب کے لئے مقوی اور ضعف قلب کے لئے نفع بخش بھرتی نئی اکرم نے پودہ سال قبل امراض قلب میں مبتلا مریضوں کے لئے سفر جل اور عجزہ کھجور کا استعمال تجویز فرمایا۔ اب آیتے دیکھیں کہ حضرات ائمہ طاہرین اس سلسلے میں کیا ارشاد فرماتے ہیں۔

■ حضرت امیر المومنین علیہ السلام سے منقول ہے کہ بہی کھانے سے ضعیف دل قوت والو انائی کھانسی کڑا ہے۔ معدہ صاف ہو جاتا ہے دمانی بڑھتی ہے اور ڈرلوک آدمی دلیر بن جاتا ہے۔

■ امام جعفر صادق سے منقول ہے کہ بہی کھانے سے رنگ صاف ہوتا ہے۔ اور اولاد خوبصورت پیدا ہوتی ہے۔ دوسری حدیث میں فرمایا کہ جو شخص ایک دانہ بہی نہا منہ کھائے حق تعالیٰ چالیس دن تک کے لئے اس کی زبان پر حکمت جاری کرتا ہے۔ یہ بھی فرمایا کہ خدا تعالیٰ نے کوئی پیغمبر ایسا نہیں بھیجا جس کے بدن سے طب نبوی

وَبَيِّدَهُ سَفَرَجَلَهُ فَقَالَ دُونَكُمَا يَا طَلْحَةُ
فَالْتَمَسَتْهُمُ الْقَوَادُ

۱۔ میں رسول خدا صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوا۔ آپ کے دست مبارک سے ایک بہی دانہ تھا۔ آپ نے فرمایا۔ اے طلحہ! یہ لے لو۔ بے شک یہ دل کے لئے مفرح ہے (ابن ماجہ - زاد المعاد)

۲۔ یہی حدیث مبارکہ دوسری اسناد کے ساتھ ان لفظوں میں نقل ہوئی ہے۔
(۵۰) فَإِنَّمَا تَشَدُّ الْقَلْبُ وَتَطْيِبُ النَّفْسُ وَتَذْهَبُ
بَطْخَاءُ الصَّدْرِ

”بے شک یہ (بہی) دل کے لئے مقوی ہے۔ رُوح کے لئے مفرح ہے اور سینہ کی گھٹن کو دور کرتی ہے“ (نسائی شریف) ایک دوسری روایت میں یہ بھی ہے
وَيَجْلُو أَنْفَوَادَ یعنی دل کو روشن کرتی ہے (معجم الکبیر سمرانی) ۱
سفر جل جس کو طب میں بہی کہا جاتا ہے۔ یہ پہاڑی خیلوں میں پیدا ہونے والا پھل ہے۔ سیب سے مشابہت رکھتا ہے۔ اس کی دو قسمیں ہوتی ہیں ترش و شیرین اس کے بیج کو بہد ان کہا جاتا ہے اس کی دونوں قسموں کا رنگ الگ ہوتا ہے۔ ترش کا زجاج سرد اور شیریں کا مزاج معتدل ہوتا ہے۔

کتاب المفردات میں ہے کہ بہی سے شربت، رب اور مرہ بنایا جاتا ہے۔ درجہ مفرح اور مقوی ہے۔ معدہ جگر اور دل و دماغ کے لئے قوت بخش ہے۔ نفعان، حرارت جگر اور ضعف قلب کے لئے نافع اور سودمند ہے۔ پیاس اور تپ

۱۔ طب نبوی، حافظ نذراحمہد

قارئین کے افادے کے لئے انجیر کے مختصر خواص اور اس کے بارے میں ارشادِ شریف حضرت امیر المومنین علی ابن ابی طالب اور حضرت امام علی ابن موسیٰ رضا بیان کر دیتے ہیں۔ بواسیر کا ایک نسخہ جس کو حضرت علی ابن موسیٰ رضا نے تجویز فرمایا ہے وہ پہلے ہی میری مرتب کردہ کتاب طب امام رضا میں موجود ہے۔ انجیر کے استعمال کے سلسلے میں ایک بات عرض کرتا چلوں کہ وہ لوگ جو جگر یا معدہ کے امراض میں مبتلا ہوں وہ انجیر استعمال نہ کریں۔ انجیر کے مصلح اخروٹ، بادام اور شربت سببخین ہے۔ حضور نبی اکرم نے بواسیر و نفرس میں ہر دو بیماریوں کے لئے انجیر سے علاج کرنے کا بیان فرمایا ہے جس کا ذکر اوپر کیا جا چکا ہے۔ اسی سلسلے میں ایک اور حدیث ملاحظہ ہو۔

۷۶

أَهْدِي إِلَى الْبَيْتِي صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ طَبَقَ مِنْ
تَيْنِ فَقَالَ لِأَصْحَابِهِ كُلُوا، فَلَوْ قُلْتَ إِنَّ فَاكِهَةً
نَزَلَتْ مِنَ الْجَنَّةِ بَلَا عَجْمَ نَقَلَتْ هِيَ التَّيْنُ وَإِنَّهُ
يَذْهَبُ بِالْبَوَاسِيرِ وَيَنْفَعُ النِّفَرَسَ

حضرت رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے پاس انجیروں کا ایک تھال بطور تحفہ آیا۔ آپ نے اصحاب سے فرمایا، کھاؤ، اگر میں کہتا کہ جنت سے ایک کھانا آیا ہے تو میں کہتا یہ انجیر ہیں۔ یہ بواسیر کو دور کرنے ہیں اور دردِ نفرس کے لئے نافع ہیں۔ یوں تو انجیر کے بہت سے فوائد ہیں لیکن یہاں صرف مختصر تذکرہ قارئین کی بہت سے فائدہ لے کر تحریر کیا جا رہا ہے۔

”خواص انجیر“ انجیر جے حضرت نبی اکرم نے جنت کا پھل بیان فرمایا ہے اور جس کا ذکر قرآن حکیم کے سورۃ ۹۵ میں بھی آیا ہے۔ انجیر پھل بھی، غذا بھی اور دوا بھی ہے، بحیرہ

غذائیں، گوشت، نشہ آور اشیا و شراب سے اور زیادہ قبض رہنے سے زیادہ شکر کے استعمال سے ہو جاتا ہے۔ حضرت نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ان دونوں امراض کے لئے انجیر کو شفا فرمایا ہے۔ ارشاد ہوتا ہے کہ۔

۷۲ كُلُّ التَّيْنِ فَإِنَّهَا يَنْفَعُ الْبَوَاسِيرَ وَالنِّفَرَسَ

انجیر کھاؤ کہ یہ بواسیر و نفرس کے لئے نافع ہے۔
ہوتا ہے اور سکون پہنچاتا ہے۔

انجیر کھانے سے دائمی سے دائمی قبض ختم ہو جاتا ہے۔ ریح خارج ہوتی ہے فضلات جسم سے دور ہوتے ہیں۔ پسینہ خارج ہوتا ہے۔

انجیر درم تلی اور درد تلی کو دور کرتا ہے۔ سینہ اور پیٹھ کے کوکھاتے دیتا ہے۔ بلغم کو قطع کرتا ہے۔ دماغی امراض میں مفید ہے۔ مدد بول ہے۔

حضرت امیر المومنین سے منقول ہے کہ انجیر بواسیر اور دردِ نفرس کو دور کرتا ہے اور جماعت کی قوت کو بڑھاتا ہے حضرت امیر المومنین سے منقول ہے کہ انجیر کھانے سے مدے نرم ہو جاتے ہیں اور ریح و قویج کو نفع پہنچاتا ہے۔ یہ بھی فرمایا کہ دن میں کھاؤ تو زیادہ کھاؤ اور رات نہیں کھاؤ تو کم۔

حضرت امام رضا سے منقول ہے کہ انجیر منہ کی بدبو دور کرتا ہے اور بڑیوں کو مضبوط کرتا ہے بال بڑھاتا ہے مختلف قسم کے دردوں کو دور کرتا ہے۔ انجیر کھانے کے بعد سی اور دوا کی ضرورت نہیں رہتی۔

۱۔ مشکوٰۃ شریف، طب نبوی ۲۔ پھلوں سے علاج، قدرت کے ڈاکٹر پھل ۳۔ تہذیب الاسلام ۴۔ طب امام رضا، تہذیب الاسلام۔

بخار کا علاج

بخار کئی اقسام کا ہوتا ہے جس میں عام سادہ بخار، افلوئینزا، نوپتی بخار، ملیریا بخار، جسم انسانی میں جب آکسیجن کم ہو جاتی ہے تو موجودہ خون زیادہ تیزی کے ساتھ دورہ کرتے لگتا ہے تاکہ جتنی آکسیجن پہلے موجود ہے اور سردست مہیا ہو سکتی ہے اُسے ہی ہر گوشہ بدن میں پہنچایا جاسکے۔ خون کی اس تیز گردش سے اُس میں حدت پیدا ہو جاتی ہے جسے ہم بخار کہتے ہیں۔ یہ تعریف تو سادہ بخار کی ہے لیکن عام طور پر بخار کسی اور سوزش کا نتیجہ ہوا کرتا ہے۔ مثلاً سوزش مثانہ سوزش۔ امعاء و جگر و قی دل وغیرہ

افلوئینزا: یہ بخار عموماً موسم سرما میں ہوا کرتا ہے جس کی ابتداء معمولی زکام سے ہوتی ہے چھینکیں آتی ہیں، ناک بہتی ہے۔ کھانسی بخار اور جسم میں اکثر اوڑدہ ہوتا ہے جسم ٹوٹتا ہے۔ پیاس بھی لگتی ہے۔

نوپتی بخار: موسم گرمی میں ہوا میں نمی کی زیادتی کی وجہ سے یہ عارضہ پیدا ہوتا ہے یہ نمی بدن میں داخل ہو جاتی ہے اور اس کے سبب خون میں پانی کی مقدار زیادہ ہو جاتی ہے اور بدن میں آکسیجن کی مقدار نہیں رہتی اس کی وجہ سے حمی نوپتی کا دورہ ہو جاتا ہے جو بدن میں سے پانی کی زیادتی کم ہو جانے پر رفع ہو جاتا ہے اور پھر دوبارہ جس وقت موسم میں نمی کے باعث بدن میں پانی کی مقدار میں زیادتی ہو جائے تو بخار ہو جاتا ہے

ملیریا بخار: اسے موسمی بخار بھی کہتے ہیں۔ اس کا شعلہ دہائی طور پر پھیلتا ہے۔ اس کے

دم، شام، فلسطین میں اس کے درخت کثرت سے موجود پائے جاتے ہیں۔ طبی اعتبار سے مزاج اس کا گرم و تر ہے۔ اس میں مندرجہ ذیل اجزاء پائے جاتے ہیں گلوکوز، پروٹین، وٹامن ای، وٹامن اے،

- مرض بواسیر کے لئے انجیر بے حد نافع ہے اس کے استعمال سے بواسیر کے سسے ختم ہو جاتے ہیں۔
- انجیر کے کھانے سے داء منیہ یعنی نفرس چھوٹے جوڑوں کے دردوں کو نفاذ
- امام محمد باقر علیہ السلام کا ارشاد گرامی ہے کہ بیت الخلا میں دیر تک بیٹھنے سے بواسیر پیدا ہوتی ہے۔
- امام جعفر صادق علیہ السلام کا ارشاد گرامی ہے کہ ٹھنڈے پانی سے استنجا کرنا بواسیر کو دفع کرتا ہے۔

پنیا بخار کے لئے بہت نافع ہے۔

حضرت امام موسیٰ کاظمؑ نے میرٹے دن کے پرنے بخار کے لئے یہ علاج ارشاد فرمایا کہ کالے دانے یعنی کلونجی کو شہد میں ملا کر تین اٹھیلی چاٹ لیا کر کوئو کیہ دونوں چیزیں سفید ہوں شہد کی نسبت تو خدا فرماتا ہے کہ وہ لوگوں کے لئے شفا اور کالے دانے یعنی کلونجی کے لئے پوغمیر اکرمؑ فرماتے ہیں کہ اس میں سواتے موت کے ہر بیماری کے لئے شفا ہے۔

ڈاکٹر گسٹاوی لیبون (DR. GUSTAVE LE BON) تحریر کرتا ہے کہ مسلمانوں نے جو نئے نئے طریقے استعمال کئے ان میں سے ایک بائیکاٹ میں ٹھنڈے پانی کا استعمال ہے۔ یہ طریقہ چند صدیوں تک متروک رہنے کے بعد یورپ میں پھر دوبارہ استعمال ہونے لگا ہے کیمیکل و فزیکل فارمولوں کے بھی مسلمان ہی موجد و مخترع ہیں۔ ان کے بعد بہت سے طریقے آج بھی ہمارے یہاں استعمال ہوتے ہیں۔

مسلمانوں نے دواؤں کے استعمال میں مخصوص طریقے ایجاد کئے ہیں جو مدت دراز کے بعد آج ہمارے یہاں جدید تحقیق کے عنوان سے موسوم ہے۔

حضرت امام رضاؑ کا ارشاد گرامی ہے کہ بخار والے کو چکور کا گوشت کھلاؤ۔ کیونکہ یہ پنڈلیوں کو قوت بخشتا ہے اور بخار کو (دفع) دور کرتا ہے۔

۱۔ مغربی تمدن کی ایک جھلک۔ مولفہ۔ حضرت سیدہ مجتبیٰ لاری۔

ترجمہ، مولانا روشن علی صاحب میرٹھ۔

علاوہ بخار کی درجنوں قسمیں ہیں۔ بخار ایک عمومی بیماری ہے اور ہر ملک اور ہر خطے میں لوگوں کو لاحق ہوتی ہے۔ گرم ممالک میں بخار کا دور دورہ بہت رہتا ہے۔ گرمی کی شدت اور سورج کی تپس سے اکثر لوگ جاتی ہے جس کے نتیجے میں بخار کا درجہ حرارت انتہائی بلندی کو پہنچ جاتا ہے۔

حضرت بنی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے بخار کے لئے ٹھنڈا پانی ایک بہترین علاج تجویز فرمایا ہے ملاحظہ ہو حدیث۔

۵۴) اِنْ الْحَمِیْ مِنْ قَبْلِ جَهَنَّمَ فَبَرِّدُوْهَا بِالْمَآءِ

بلاشبہ بخار جہنم کا جوش ہے اس کو ٹھنڈے پانی کے ذریعہ سرد کرو۔ اس حدیث مبارکہ میں بخار کو جوش جہنم سے تشبیہ کیا گیا ہے جس طرح جہنم میں آگ کی تپش ہوگی۔ اسی طرح بخار کی گرمی جسم انسانی کو جہنم کا مزاج چکھتا ہے۔

حکماء کا فیصلہ ہے کہ تیز بخار میں سر پر برف کی ٹٹی رکھنا اور سرد کو ٹھنڈے پانی سے دھونا بخار کی شدت کو گھٹانے کا واحد ذریعہ ہے اس حدیث میں بھی اسی امر کی طرف اشارہ ہے۔

حضرت امیر المومنین علیؑ سے منقول ہے کہ حرارت بخار کو ٹھنڈے پانی اور نبض سے موسم گرمیاں ٹھنڈا پانی بدن پر ڈالنے سے فرو کرو۔ یہ بھی فرمایا کہ ہم المپیٹ کا ذکر بخار اور ہرقسم کے مرض سے شفا کا اور شیطانی و موسول سے غلامی کا موجب ہوتا ہے۔

حضرت امام محمد باقرؑ سے منقول ہے کہ بخار کا علاج تین چیزوں سے کرنا چاہیے تھے۔ پسینہ، مشہل

حضرت امام جعفر صادقؑ نے فرمایا کہ تین تولد نہ ٹھنڈے پانی میں گھول کر بنار منہ

حضرت امام جعفر صادقؑ نے فرمایا کہ کاسنی کے سات پتے اور کدو کا استعمال دردِ قولنج سے محفوظ رکھتا ہے۔

معتبر حدیث میں حضرت امام موسیٰ کاظمؑ سے منقول ہے کہ دردِ قولنج دردِ ریاح و وجع المفاصل بستی بدن اور اندرونی سردی کے لئے مٹھی بھر مٹی اور مٹھی بھر انجیر خشک اور ان دونوں کو ایک صاف پتلے میں ڈال کر تینا پانی ڈالیں کہ ان دونوں کے اوپر آجائے پھر انہیں پکا کر چھان لیں اور ایک دن چھوڑ کر تھوڑا تھوڑا پانی اس میں سے پیتے رہیں (انشاء اللہ تعالیٰ کب تکائیں رفع ہو جائیں گی)۔

نمونہ اور پولیسی کا علاج

پھیپھڑوں کی سوزش، پھیپھڑوں کے بخار کو نمونہ کہا جاتا ہے۔ اس مرض میں پھیپھڑے کی ساخت میں ورم آ جاتا ہے۔ اور ساتھ ہی شدید بخار ہو جاتا ہے کبھی ایک پھیپھڑے میں ورم آتا ہے کبھی دونوں پھیپھڑے متورم ہو جاتے ہیں۔ مرض کا زیادہ غلبہ ۵ سے ۱۰ روز تک رہتا ہے۔ نمونہ مگر اگر احتیاط نہ برقی جائے تو پھیپھڑوں میں پانی بھر جاتا ہے۔ پھیپھڑے میں پانی بھر جانے تو انگریزی میں پولیسی کہتے ہیں اور یہی ذاتِ الجنب ہے۔ احادیث میں جن کو بیان کیا جا رہا ہے ذاتِ الجنب کے علاج کے لئے بیان کیا گیا ہے۔ کیونکہ علماء کرام نے احادیث کا ترجمہ کر کے ذاتِ الجنب کو نمونہ ترجمہ کر لیا ہے اور بعض نے ذاتِ الجنب ہی ترجمہ کر لیا ہے۔ اس لئے اس کی وضاحت

دردِ قولنج کا علاج

پیٹ کے شدید درد کو قولنج کہتے ہیں۔ اس درد کی کئی وجوہات ہیں، پیٹ میں ریح (ہوا) کا رکٹ جانا۔ کرم معدہ اور کرم امعاء۔ غیر منہضم اور ثقیل غذاؤں کا استعمال۔ بدہضمی وغیرہ وغیرہ۔ حضور اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے دردِ قولنج کیلئے فرمایا ہے کہ

﴿۵۵﴾ أَكَلُ التِّينِ أَمَانٌ مِنَ الْقَوْلَنْجِ
انجیر کا کھانا قولنج سے امان ہے۔

انجیر کے فوائد اس سے پیشتر بیان کئے جا چکے ہیں دیکھتے ہو اسیر و نفوس کا علاج۔

ہوا سیر اور دردِ قولنج کے لئے حضراتِ آئمہ کرام نے مندرجہ ذیل ادویہ کو تجویز فرمایا ہے۔

● حضرت امام جعفر صادقؑ سے منقول ہے کہ جو شخص زبیب (منقی) اور اخوٹ کھائے اور اگر اسے ہوا سیر کا عارضہ ہوگا تو جاتا رہے گا۔ کیوں کہ منقی اور اخوٹ باہم مل کر ہوا سیر کو ملامت دیتے ہیں۔ ریاح کو رفع کرتے ہیں۔ معدے کو نرم کرتے ہیں اور گردوں کو گرم۔

علا زبیب کا تہذیب الاسلام میں اجوائن ترجمہ کیا ہے اور طب البنی میں کشش ترجمہ کیا ہے۔ المجد طبع کویت میں زبیب کے معنی سکھانے ہوئے یعنی خشک انگور کے ہیں اور یہی صحیح ہے کہ منقی ہے۔

کی جارہی ہے کہ ذات الجنب نمونہ کی بگڑی ہوئی شکل ہے۔ ذات الجنب کے علاج کے لئے جو حضرت نبی اکرمؐ نے علاج تجویز فرمایا ہے ہدیہ قارئین ہے اس حدیث کے راوی حضورؐ کے مشہور صحابی حضرت زید بن ارقم رضی اللہ عنہ ہیں۔ وہ فرماتے ہیں کہ۔

﴿۵۶﴾ اَمْرًا رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ
أَنْ تَتَدَاوَى مِنْ ذَاتِ الْجَنْبِ بِالْقُسْطِ
الْبَحْرِيِّ وَالزَّيْتِ

”ہمیں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے حکم دیا کہ ہم نمونہ کا علاج قسط بحری اور زیتون سے کریں۔“

قسط :- اس کی دو قسمیں ہیں ایک قسط بحری (قسط ابیض) دوسرے قسط ہندی (قسط اسود) ذائقہ کے اعتبار سے بھی قسط کی دو اقسام ہیں۔ ایک شیریں دوسرے تلخ ہندی میں اس کو گوٹھ کہتے ہیں۔ اس کو عود ہندی بھی کہا جاتا ہے سنن ابن ماجہ قسط تلخ اس کا استعمال بیرونی طور پر کیا جاتا ہے۔ یہ ریاح کو اور ورم کو تحلیل کرتی ہے۔ تشنج کو دور کرتی ہے۔ دمہ، نمونہ اور بلغمی امراض کے لئے نافع ہے قسط شیریں کی جڑ خوشبودار ہوتی ہے۔ یہ دماغ، جگر اور اعضا کے لئے مقوی ہے۔ اعصاب کے لئے قوت بخش ہے۔ دماغی امراض کے لئے نافع ہے۔ فاج لقعہ اور رعشہ کے لئے سود مند ہے، زیتون کا بیان اسندہ صفحات میں ادویہ

۱۔ ترمذی شریف، مستدرک حاکم۔ طب نبوی، حافظ نذرا احمد

داغذیہ کے عنوان میں کیا جائے گا نمونہ کے لئے حضرت زید بن ارقمؓ حضرت نبی اکرمؐ کی ایک اور حدیث بیان فرماتے ہیں۔

﴿۵۷﴾ قَالَ كَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَنْعَثُ
الزَّيْتَ وَالذَّرْسَ مِنْ ذَاتِ الْجَنْبِ

”کہ حضرت رسول خدا ذات الجنب (پسلی کے درد کی بیماری) کے سلسلہ میں زیتون اور درس کی تعریف فرمایا کرتے تھے“

درس :- ایک گھاس ہے۔ یمن میں پیدا ہوتی ہے اس کا رنگ زرد ہوتا ہے تھوڑی سی خوشبو اور تلخی ہوتی ہے کپڑے رنگنے کے کام میں آتی ہے۔

﴿۵۸﴾ قسط۔ زیتون کا تیل۔ انہیں پس کر اور ملا کر ورم پر لپکایا جائے سنن ابن ماجہ میں ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ارشاد فرمایا۔ تم اپنے اوپر عود ہندی کو لازم کر لو۔ کیونکہ اس میں شات بیماریوں کی دوا موجود ہے جس میں سے ایک ذات الجنب (نمونہ در پسلی) ہے۔ طب النبوی میں ایک حدیث میں قسط کے بارے میں اس طرح تحریر ہے کہ

﴿۵۸﴾ خَيْرُ مَا تَدَاوَيْتُمْ بِهِ الْحِجَامَةُ
وَالشَّوْثِيزُ وَالْقُسْطُ

”وہ بہترین چیز جس سے بدن کا علاج کرو۔ حجامت (پچھنے لگوانا) کلونجی اور قسط ہیں“

۱۔ طب النبوی، آقائے محمد و اصف (۲) طب النبوی، حافظ نذرا احمد بحوالہ کتاب المفردات و خواص الادویہ (۳) سنن ابن ماجہ مشکوٰۃ شریف و ترمذی شریف

■ تہذیب الاسلام میں تحریر ہے کہ کسی شخص نے حضرت امام جعفر صادقؑ کے خدمت میں حاضر ہو کر درو سینہ (نمونہ) کی شکایت کی۔ حضرت نے فرمایا کہ تو قرآن مجید سے طلب شفاء کر کیوں کہ خدا کے تعالیٰ فرماتا ہے **فِيهِ شِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ**۔ یعنی جو کچھ تمہارے سینوں میں ہے قرآن مجید میں اس کے لئے شفاء موجود ہے۔

■ کسی شخص نے حضرت امام موسیٰ کاظمؑ سے مرضِ سل کی شکایت کی۔ حضرت نے فرمایا کہ سنبل، قاقلہ، زعفران، عاقر قرحا، بزرنج، خسرلی سفید، فلفل سفید مساوی الوزن لے کر اور فرخیوں تمام ادویہ سے دو چنچر یہ سب اجزاء پیس کر ریشم کے کپڑے میں چھان کر صاف شدہ شہد میں ملا لو۔ اور چنے کے برابر یہ دوا گرم پانی کے ساتھ تین شب سوتے وقت پی لو۔ چنانچہ حب الحکم بتعمیل کی آرام ہو گیا۔ لے

عشق النساء

عشقِ زنانہ کو رنگینی کا درجہ دہی کہا جاتا ہے، یہ بہت نامراد مرض ہے۔ اس مرض میں کوہے کے مقام پر کافی گہرائی میں ہڈی کی سطح کے قریب واقع عصب میں درد ہوتا ہے۔ یہ عصب وہاں سے نکل کر پوری ران اور ٹانگ سے ہوتا ہوا ایٹری اور ٹخنے تک جاتا ہے۔ یہ درد بہت شدید ہوتا ہے۔ عرق النساء کی وجہ

لے تہذیب الاسلام

حضرت نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا کہ جو شخص رات کو سداب کھا کر سوئے و بستر نی اور اندرونی درودوں سے اور ذات الجنب سے محفوظ رہے گا۔ ملاحظہ ہو حدیث مبارکہ۔

۱۵۱) مَنْ أَكَلَ السَّدَابَ وَنَامَ عَلَيْهِ أَمِنْ مِنَ الدُّورَانِ وَذَاتِ الْجَنْبِ

”جو شخص سداب کھائے اُسی حالت میں سو جائے وہ دماغی امراض اور ذات الجنب سے محفوظ رہے گا“

■ کھانسی کے لئے حضرت امام جعفر صادقؑ نسخہ تجویز فرمایا ہے۔ مصطکی رومی۔ کندر بن علی کھناری، اجوائن دیسی، سیاہ دانہ، مساوی الوزن لیں اور ان کو کوٹ چھان کر خالص شہد میں خمیر کر لیں اور سوتے وقت چھوٹے بیر کے برابر کھالیا کریں (کھانسی کے لئے بہتر ہے)

■ حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام نے کھانسی کے لئے ہی نسخہ ارشاد فرمایا کہ **انجڑان** رومی اور مصری دونوں ہم وزن لے کر ان کا سفوف بنا کر ایکٹ دو روز کھانے سے کھانسی جاتی رہتی ہے۔ لے

■ حضرت امام رضاؑ نے فرمایا کہ ذات الجنب والے کے پیٹ میں بحیثیت دوا برگ چندر سے بہتر کوئی چیز نہیں ہے۔ کھانسی کے لئے امام رضاؑ نے جو نسخہ تجویز فرمایا ہے وہ طبِ امام رضاؑ میں موجود ہے۔

(۱) طب الصادق (۲) طب امام رضا علیہ السلام

قبض کا علاج

قبض تمام بیماریوں کی جڑ ہے۔ یہ ایک مشہور مقولہ ہے جسے اکثر حکماء اطباء نے بیان کیا ہے۔ قبض ہونے کے کئی اسباب ہیں۔

۱ جسم میں صفراء کے گاڑھا ہو جانے کے باعث جگر کے آبی تناسب میں بعض نیکیات کی کمی کا واقع ہونا۔

۲ بدن میں رطوبات کی کمی و بیشی اور قولموں کے ٹھنڈوں میں تحریک کی کمی اور خشکی کے باعث قبض ہو جاتا ہے

۳ باریک آٹے کی روٹی، میدہ والی اشیاء کا بکثرت استعمال اور پھل دار اغذیہ اور بھوسہ والے آٹے کا استعمال نہ کرنے کے سبب بھی آنٹوں کا فعل سست ہو جاتا ہے۔

۴ کم غذا، کم چلنا پھرنے، کم پانی اور ادویہ کی خشکی سے قبض ہو جاتا ہے بکثرت سے چائے یا کافی پینا۔ تبا کو نوشی، مشروبات کا مسلسل استعمال بھی قبض کا سبب بنتا ہے۔

۵ ثقیل اغذیہ، تیز مصالحہ دار اشیاء اور چٹ پٹے کھانوں سے اور سبزیجات کے کم استعمال سے بھی قبض ہو جاتا ہے۔ اس کے علاوہ بھی قبض کے بہت سے اسباب ہیں۔ اطباء اور حکماء نے قبض کو دور کرنے کے لئے بہت سے

نئے بعض اوقات آدمی چلنے پھرنے سے بھی رہ جاتا ہے۔ یہ مرض مزوری۔ جڑھا پایا اور اعصاب کی خشکی سے ہوتا ہے۔ حضرت نبی اکرمؐ نے اس کا علاج دہنہ کی چکیتی سے (جو چکناٹی ہوتی ہے) کرنے کا ارشاد فرمایا ہے۔ حضرت انس بن مالکؓ سے روایت ہے کہ۔

۹۰ قال سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول دواء عرق النساء أليته شاة اعرابية تذاب ثم تجن ثلاثة اجزاء فتشرب في ثلاثة ايام

”حضرت رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا: عرق النساء بیماری کی دوا عربی دہنہ کی چکیتی میں ہے۔ اسے پگھلایا جانے پھر اس کے تین جز کے جاتیں اور تین دن میں پیا جائے۔“

یہ پہلے بیان کیا جا چکا ہے کہ یہ مرض اعصاب کی خشکی سے ہوتا ہے اور دہنہ کی چکیتی میں یہ خاصیت ہے کہ اس کی چکناٹی اس خشکی کو دور کر سکتی ہے۔ آنحضرتؐ نے دہنہ کی چکیتی کو عرق النساء کا علاج قرار دیا ہے۔

۶۲

سُرَاقَتَبْنِ مَالِكٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ
أَمَرَنَا أَنْ نَتَوَكَّأَ عَلَى الْيُسْرَى وَنَنْصُبَ الْيُمْنَى

حضرت سراقہ بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ ہم کو حضرت
رسول مقبول صلی اللہ علیہ وسلم نے حکم دیا کہ ہم رقبہ حاجت کے
وقت بائیں پاؤں پر بوجھ ڈالیں اور دایاں پاؤں کھڑا رکھیں :

اطباء کا کہنا ہے اگر بائیں پاؤں کے ذریعہ اس فضلہ والی آنت پر دباؤ
ڈالا جائے تو فضلہ کے اخراج میں بڑی مدد ملتی ہے سارا گند براز یا آسانی
خارج ہو جاتا ہے۔ معدہ صاف ہو جاتا ہے۔ قبض وغیرہ کچھ باقی نہیں رہتا طبیعت
میں بشارت آ جاتی ہے۔ گرانی اور دل گرفتگی دور ہو جاتی ہے اور آدمی اپنے
آپ کو اس سر نو چاق و چوبند محسوس کرتا ہے۔ ۱۷

۱۷ طب نبوی، حافظ نذراحمہد

مہسل تجویز کئے ہیں لیکن آج سے چودہ سو سال پہلے حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم
نے جس دوا کو قبض دور کرنے کے لئے علاج قرار دیا آج کی طب بھی اسی سے بہرہ
مند ہو رہی ہے اور اس کی رو سے قاصر رہی ہے۔ اور وہ دوا ہے سنابل
سنن ابن ماجہ میں ہے کہ حضرت اسماء بنت عمیسؓ فرماتی ہیں کہ ان سے
حضرت نبی اکرمؐ نے دریافت فرمایا کہ تم 'مہسل' کے لئے کیا استعمال کرتی ہو۔؟
میں نے عرض کیا کہ شہرہؓ۔ حضورؐ نے فرمایا حار۔ حار، یہ تو گرم ہے بہت گرم
ہے۔ اس پر حضرت اسماءؓ نے عرض کیا کہ

۶۱

اسْتَمَشَيْتُ بِالسَّيِّءِ، فَقَالَ النَّبِيُّ
صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لَوْ أَنَّ شَيْئًا كَانَ
فِيهِ الشِّفَاءُ مِنَ الْمَوْتِ لَكَانَ فِي السَّيِّءِ
• میں سہ سے جلایا جاتی ہوں تو حضورؐ نے فرمایا، اگر کسی چیز
میں موت سے شفا ہو سکتی تو سہ میں ہوتی۔

انسان جو خوراک بھی کھاتا ہے اس کا اصل جسم و بدن بنتا ہے۔ اور باقی
فضلہ بن جاتا ہے اور یہ فضلہ تمام آنتوں میں سے گزرتا ہوا۔ بائیں طرف کی آنت
میں جمع ہوتا رہتا ہے اور یہیں سے براز کی صورت میں رقبہ حاجت کے وقت خارج
ہوتا ہے۔

ارشاد نبی اکرمؐ ہے کہ رقبہ حاجت کے وقت جب بیٹھے لگو تو اپنے جسم کا بوجھ
بائیں پاؤں پر ڈالو۔ ملاحظہ ہو حدیث آنحضرتؐ،

۱۷ سنابل کے فوائد و خواص دوسری جلد میں بیان کئے جائیں گے، سنابل جلالت
شہرہؓ

اس حدیث مبارکہ کی تشریح حضرت امام جعفر صادقؑ نے جو بیان فرمائی ہے وہ آئندہ صفحات میں تحریر کی جائے گی۔ سرمدت یہ عرض کرنا ہے کہ آج سے چودہ سو سال پیشتر حضرت ختمی المرتبتؑ نے انار کو روحانی و جسمانی بیماریوں کا علاج قرار دیا۔ اس کے استعمال سے جسمانی بیماریاں دور ہوتی ہیں اور قلب میں روشنی پیدا ہوتی ہے آج کے موجودہ ترقی یافتہ اور تحقیقاتی دور میں جب کہ دنیا مادیت کی طرف دوڑ رہی ہے اور روحانیت کو پس پشت ڈال رہی ہے۔ اس مادی دور میں جدید تحقیقات سے انار کے بہت سے فوائد سامنے آئے ہیں۔ اس سے قول رسالت مآبؐ کی آج بھی تصدیق ہو رہی ہے۔ جدید تحقیقات میں جہاں انار میں پائے جانے والے وٹامنز دریافت ہوئے ہیں وہاں یہ بھی معلوم ہوا کہ انار تقویت قلب کے لئے بہترین دوا ہے۔ اور جگر کے لئے قوت بخش ہے۔ موجودہ دور میں یورپ اور امریکہ میں بطور دوا کلائٹ ڈائریا (اسہال مزمنہ) اور کرائٹک ڈائریا (پرانی بخش) کے لئے استعمال کراتے ہیں۔

حضرت امام جعفر صادقؑ سے منقول ہے کہ میوہ کل ایک سو بیس قسم کا ہوتا ہے اور ان سب میں بہتر انار ہے۔ فرمایا کہ تم کو انار کھانا چاہیے۔ کہ وہ جھوکے کو میر کرنا ہے اور پیٹ بھرے کے واسطے ہانسم طعام ہے۔ حضرت رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو انار سے زیادہ کوئی میوہ مرغوب نہ تھا۔ حضور اکرمؐ کا ارشاد گری ہے کہ ۱۔

عَلَيْكُمْ بِالرُّمَّانِ وَكُلُوا شَحْمَهُ فَإِنَّهُ دَبَّاحٌ

لے خواص انار حکیم محمد عبد اللہ

ادویہ و اغذیہ

انار خداوند عالم کی عطا کردہ نعمتوں میں سے ایک نعمت انار ہے جو غذا بھی ہے اور دوا بھی ہے۔ قرآن مجید فرقان حمید سورہ رحمن میں انار کا تذکرہ ہوتا ہے۔ خداوند کریم نے انار میں بے شمار فوائد و دیت فرمائے ہیں۔ انار ایک شہوڑ، معروف پھل ہے۔ انار کی اقسام تو بہت ہیں مگر تین اقسام معروف ہیں: شیرین، ترش، میخوش (کٹھا میٹھا) رنگت، شکرے اعتبار سے انار سرخ یا سفید ہوتا ہے اور اس کے دلے بھی اندر سے سفید یا سرخ رنگ کے ہوتے ہیں۔ شیخ ابوعلی سینا کی رائے کے مطابق شیریں انار مزاج میں سرد و تر درجہ اول ہے۔ ترش انار مزاج میں سرد و خشک درجہ دوم ہے اور کھٹے میٹھے انار کا مزاج سرد و تر معتدل ہوتا ہے۔ انار میں مندرجہ ذیل اجزاء شامل ہیں: فولاد، وٹامن بی ۱، بی ۲، وٹامن سی، کیلشیم، شکر، پانی۔

انار خون صالح پیدا کرتا ہے۔ جسم کی حرارت کو کم کرتا ہے، دل کو تقویت دیتا ہے۔ جگر کے لئے قوت بخش ہے ان لوگوں کے لئے جن کے مزاج میں گرمی ہے انار بے حد فائدہ مند ہے۔ انار کے بے شمار فوائد ہیں جن کا تذکرہ آئندہ بھی آئے گا۔ انار کے روحانی و جسمانی فوائد دو لوں میں۔ ہادی کو نین رسول الثقلینؑ کا ارشاد گرامی،

مَا مِنْ أَحَدٍ أَكَلَ رَمَانَةَ الْأَمْوُسِ شَيْطَانُهُ

اربعین صباحاً

”جو شخص ایک انار کھاتا ہے، اسے چالیس دن شیطان غمزدہ رہتا ہے۔“

اکثر ہے۔ تقویت قلب و روشنی قلب کے بارے میں ارشاد حضرت نبی اکرمؐ ہے کہ
 ﴿۹۳﴾ مَنْ أَكَلَ رُمَانَةً حَتَّى يَتَمَهَا نَوَّرَ اللَّهُ قَلْبَهُ

اربعین یوماً

”جس نے ایک انار کھایا خداوند تعالیٰ اُس کے دل کو چالیس روز تک روشن

کر دیتا ہے۔“

● حضرت امام جعفر صادقؑ سے منقول ہے کہ تھیں شیریں انار کھانا چاہیے کہ اُس کا جو حصہ مومن کے معدے میں جاتا ہے وہی کسی نہ کسی درد کو کھودیتا ہے اور شیطان کے وسوسے کو الگ کر دیتا ہے۔

● انہی حضرت سے دوسری حدیث منقول ہے کہ انار کے دانوں کو بچوں سمیت کھاؤ کہ اس ترکیب سے کھانا معدہ کو صاف کرتا ہے اور بال بڑھاتا ہے۔ یہ بھی فرمایا کہ انار دونوں قسم کا کھنا اور میٹھا معدے کیلئے نافع ہے۔

● حضرت امام موسیٰ کاظمؑ سے منقول ہے کہ جو شخص جمعہ کے دن ایک انار نہار منہ کھائے اُس کا دل چالیس دن تک روشن رہے گا۔ اور اگر دو انار کھائے تو اسی دن اور اگر تین انار کھائے تو ایک سو بیس دن اور سو سو شیطانی بھی اُس سے دور رہے گا۔ اور وہ مصیبت میں مبتلا نہ ہوگا۔ اور جو مصیبت خدا میں مبتلا نہ ہوا وہ داخل بہشت ہوگا۔

حضرات ائمہ طہرینؑ صلوٰۃ اللہ اجمعین کے ارشادات کے مطابق ایک وقت

کے، شہ تہذیب الاسلام ترجمہ مولانا مقبول حسین صاحب قبلہ

المعدة) وَمَا مِنْ حَيَّةٍ تَقَعُ فِي جَوْفِ أَحَدِكُمْ
 إِلَّا أَنَارَ قَلْبُهُ وَخَسَّتْهُ مِنَ الشَّيْطَانِ
 وَالْوَسْوَسةِ أَرْبَعِينَ يَوْمًا

”تم پر انار کا کھانا لازم ہے کہ اس کی چسپری معدہ کو پاٹ و صاف کرتی ہے وہ ہر دانہ جو مومن کے پیٹ میں جاتا ہے اُس کے دل کو ایسا روشن اور نورانی کر دیتا ہے کہ چالیس روز تک شیطان اور اُس کے وسوسے سے مامون رہتا ہے۔“

● حضرت امام جعفر صادقؑ سے منقول ہے کہ جو مومن ایک انار پورا کھالے خداوند تعالیٰ شیطان کو اُس کے دل کی روشنی سے چالیںس دن کیلئے دور کر دیتا ہے اور جو مومن تین انار کھالے تو خداوند تعالیٰ شیطان کو اُس کے دل کی روشنی سے ایک برس کے لئے دور کر دیتا ہے اور جس شخص سے شیطان ایک برس دور رہے گا۔ وہ مبتلائے گناہ نہ ہوگا۔ جو مبتلائے گناہ نہ ہوگا وہ داخل بہشت ہوگا۔

● اکثر حدیث معتبرہ میں وارد ہے کہ ہر انار میں ایک دانہ بہشت کا ہوتا ہے اگر اُسے کوئی کافر کھاتا ہے تو ایک فشتہ آکر اس دانے کو لے جاتا ہے۔ تاکہ وہ نہ کھا سکے اُسی سبب سے مستحب ہے کہ جب انار کھائیں تو تنہا کھائیں۔

یوں تو انار کے فوائد کو اگر لکھا جائے تو اس کے لئے ایک پوری کتاب تیار ہو سکتی ہے۔ یہاں پر جو خاص خاص فوائد تھے مختصر اختصار کر دیئے اور کچھ آئندہ صفحات میں اظہار کی آرائیں بیان کئے جائیں گے۔ انار تقویت قلب کے لئے

لے انار کے دانوں پر جو کبھی تھلی ہوتی ہے وہ شہ تہذیب الاسلام ترجمہ مولانا مقبول حسین صاحب قبلہ

تک ہے

ڈاکٹر اقبال کاردار تحریر فرماتے ہیں کہ شربت انار قے الکانی کھٹی ڈکار اور بھنکی کو مفید ہے۔ پیاس کو روکتا ہے۔ سنگرہنی کو دور کرتا ہے۔ جگر کو تقویت پہنچاتا ہے دل کی بے چینی میں فائدہ مند ہے۔

ڈاکٹر بلینغ الدین جاوید تحریر کرتے ہیں کہ انار ترش قابض بھی ہے اور سرد بھی مگر اس کے اوصاف کی کوئی مثال نہیں ملتی ہے۔ بلڈ پریشر، سوزش اور جگر کی گرمی کا کامیاب علاج ہے صفر کو دور کرتا ہے۔ جسم کو فروز کرتا ہے۔ جس شخص کو یرقان ہو وہ اگر متواتر اسے استعمال کرے تو یرقان ختم ہو جاتا ہے۔ انار کا رس مسلسل پینے سے شوگر کا مرض (ذیابیطس) ختم ہو جاتا ہے۔ انار شیریں تندرستی کا سرٹیفکیٹ ہے۔

انار کے چھلکے۔ درخت کی پھال اور اس کی جھڑوں کا عرق نکال کر دواؤں میں استعمال کیا جاتا ہے خشک انار دانہ چٹنیوں میں کام آتا ہے۔ اطباء قدیم بقراط و سقراط و یوس، پوست انار، وسیغ انار کو، اخراج کدو دانے کے لئے استعمال کرتے تھے۔

انگور

قرآن کریم میں سورۃ النحل، سورۃ نبی اسرائیل، سورۃ عبس اور کئی دیگر سورہ

لے خواص انار، حکیم محمد عبداللہ صاحب، نے پھلوں سے علاج، ڈاکٹر اقبال کاردار۔ سے قدرت کے ڈاکٹر پھل، ڈاکٹر بلینغ الدین حبیب

میں تین انار تک کھائے جاسکتے ہیں۔ بعض اطباء کا کہنا ہے کہ ایک انار سے زیادہ کھانے سے نفخ پیدا ہوتا ہے۔ انار طاہرین کے اقوال صداقت پر مبنی ہیں۔ انار کو معداس کے چربی کے (بلی جھلی جو دالوں کے اوپر ہوتی ہے) ساتھ کھانا چاہیے۔ انحضرت نے اسے معدہ کے لئے نافع قرار دیا ہے۔

پہلے عرض کیا جا چکا ہے کہ انار کے بے شمار فوائد ہیں جن میں سے کچھ کا تذکرہ کیا جا چکا ہے۔ مزید جو اطباء محققین نے بیان کئے ہیں وہ یہ ہیں۔

- انار خون کو صاف کرتا ہے اور خون صالح پیدا کرتا ہے۔ جگر کے لئے مفید ہے۔ خفقانِ قلب کے لئے فائدہ مند ہے۔
- انار چہرے کو شگفتہ، جسم کو صاف کرتا ہے۔ بدن کی رگوں کو تقویت دیتا ہے۔
- انار ملین و ہاضم ہے۔ پیٹ ابھرے، مرض یرقان و کمال میں نافع ہے۔ پیٹ کے کیروں کا دشمن ہے۔ اطباء کی آراء ملک کے ممتاز حکیم استاد الحکماء حکیم محمد عبداللہ آف جہانیاں جنھوں نے پھلوں اور ادویہ کے خواص پر تقریباً ۵۰ سے زائد کتابیں تحریر کی ہیں جس میں سے ایک کتاب خواص انار بھی تحریر کی ہے جو بازار میں دستیاب ہے جس میں سر سے لے کر پیر تک امراض کا علاج انار سے فرماتے ہوئے تحریر فرماتے ہیں کہ ضعف قلب اور ضعف باہ کے لئے یہ نسخہ مفید ہے اور مولد مٹی ہے۔ ہوائِ ناشانی۔ انار کا پانی ایک سیر لے کر کسی برتن میں ڈالیں اور رکھ دیں۔ کچھ دیر بعد تلچٹ نیچے بیٹھ جائے گی اس کو تنھالیں اور اس میں چینی ایک پاؤ اور سولف کا سفوف ۸ ماشہ ڈال دیں اور بوتل میں ڈال کر دھوپ میں رکھیں اور وقتاً فوقتاً ہلاتے رہیں۔ ایک ہفتہ بعد اسے استعمال میں لائیں۔ خوراک تین تولہ سے آدھ پاؤ

اور کھانسی میں سود مند ہے۔ سب اور سرطان میں نفع بخش ہے۔

بہی

بہی جس کا تذکرہ گزشتہ صفحات میں بھی کیا جا چکا ہے کہ پہاڑی علاقوں میں پیدا ہوتا ہے اور اس کا مرتبہ بھی کام کرتا ہے اور اس کے بیج کو بہدان کہا جاتا ہے۔

• حاملہ عورتوں کے لئے زمانہ حمل میں بہی کا استعمال بہت فائدہ مند ہے۔
• بہی کا مرتبہ زمانہ حمل میں استعمال کرنے سے حمل گرنے کا خطرہ دور ہو جاتا ہے۔
• بہی کا استعمال قلب کو تقویت پہنچاتا ہے، دماغی کام کرنے والوں کو فائدہ پہنچاتا ہے۔

• منہ سے خون آنے والوں کے لئے بھی مجرب ہے اس کے استعمال سے خون ترک جاتا ہے۔

• بہی کھانے سے تھری شانہ میں ختم ہو جاتی ہے۔

• بہی کا ذکر امراض قلب میں کیا جا چکا ہے کہ یہ امراض قلب میں مفید و نافع ہے۔
• ارشاد حضرت پیغمبر اکرم ہے کہ۔

﴿۷۰﴾ كل السفر جل و تحاد و ابينكم فانه
يجلو البصر وينبت المودة في القلب
واطعمو حبا ليكم فانه يحسن اولادكم

• دماغی کام کرنے والوں کے لئے مفید ہے۔

• اس کے کھانے سے بدن پر گوشت بڑھتا ہے۔

• خون کے سرخ ذرات میں اضافہ ہوتا ہے۔

• ارشاد حضرت پیغمبر اکرم صلی اللہ علیہ وسلم ہے کہ۔

﴿۷۱﴾ كلوا التين المطب واليابس فانه يزيد
في الجماع و يقطع البواسير و ينفع من
النقرس والابردة

• خشک اور تازہ انجیر کھایا کرو کیونکہ یہ قوت جماع میں زیادتی کرتی ہے اور بواسیر کو روکتی ہے اور نقرس کیلئے مفید ہے اور پیٹ میں ٹھنڈک پیدا کرتی ہے۔

• حضرت علی علیہ السلام کا ارشاد گرامی ہے کہ:-

• انجیر سردوں کو نرم کرتی ہے قولنج کی ریاح کے لئے مفید ہے دن کو زیادہ کھایا کرو اور رات کو کم کھایا کرو۔

• حضرت امام رضا علیہ السلام کا ارشاد ہے۔

• کہ انجیر منہ کی بدبو دور کرتا ہے۔ ہڈیوں کو مضبوط کرتا ہے۔ بالے بڑھاتا ہے اور مختلف قسم کے دردوں کو دور کرتا ہے اور انجیر کھانے کے بعد کسی دوسری دوا کی ضرورت نہیں کھتی۔

• طب الصادق میں ہے کہ انجیر بوئے دہن کو بڑھاتا ہے۔ ہڈیوں کو مضبوط کرتا ہے۔ بالوں کو اگانے میں مددگار ثابت ہوا ہے۔ در دینہ

کی بہار انگور اور خربوزہ کی مہمون منت ہے انگور کے سلسلے میں گزشتہ صفحات میں بیان کیا جا چکا ہے، خربوزہ ایک شیراز غذا چل ہے جس میں گلوکوز، وٹامن اے، وٹامن بی، وٹامن ڈی، وٹامن سی وغیرہ موجود ہیں۔ خربوزہ کے فوائد بہت زیادہ ہیں۔ ارشاد حضرت نبی اکرمؐ ہو رہا ہے کہ۔

(۷۲) عَلَیْكُمْ بِالْبَطِیْخِ فَإِنَّ فِيهِ عَشْرُ خُصَالٍ وَهُوَ طَعَامٌ وَشَرَابٌ وَاسْنَانٌ وَرِمَحَانٌ وَيُغَسِّلُ وَيَكْشِرُ مَاءَ الظُّهْرِ (وَيَزِيدُنِي الْجَمَاعَ وَيَقْطَعُ الْبُرُودَةَ وَيَنْفِي الْبَشْرَةَ) تم پر ضروری ہے کہ خربوزہ کھاؤ۔ اس میں دس خوبیاں ہیں۔

- ۱۔ غذائیت ہے ۲۔ پیاس کو بجھاتا ہے ۳۔ موجب نمو انسان ہے ۴۔ دہن میں خوشبو پیدا کرتا ہے ۵۔ مثانہ کو دھوتا ہے ۶۔ شکم کو صاف کرتا ہے ۷۔ مادہ منویہ بڑھاتا ہے ۸۔ قوت جماع بڑھاتا ہے ۹۔ ٹھنڈک کو دور کرتا ہے ۱۰۔ جسم کو چمک دار بناتا ہے۔

آج کی جدید سائنس نے اپنی جدید تحقیقات و ریسرچ کے بعد آنحضرتؐ کے اس قول کو تسلیم کیا ہے کہ خربوزہ میں بہت سے وٹامنز پائے جاتے ہیں اور خربوزہ کے مندرجہ ذیل فوائد سامنے آتے ہیں۔

- ۱۔ خربوزے میں بے پناہ غذائیت ہے اور جسم کو فروغ دیتا ہے۔ خربوزہ کے استعمال سے جسم کی خشکی دور ہوتی ہے، رگوں اور پٹھوں کی قدرت لچک ہوتی ہے، جسم میں نمو پیدا کرتا ہے اور عام جسمانی کمزوری کو

وینھب بطحاء الصدز

’بھی کھاؤ اور دوسرے کو تحفے میں پیش کرو کیونکہ وہ آنکھوں کو روشنی بخشتا ہے اور دل میں محبت پیدا کرتا ہے اور اپنی حاملہ عورتوں کو کھلاؤ کیونکہ اس کے کھانے سے بچے خوبصورت پیدا ہوتے ہیں اور سیدن کی گرانی کو ختم کرتا ہے‘

حضرت علیؑ کا ارشاد دگرای ہے کہ۔

’بھی کھانے سے کمزوروں کو قوت حاصل ہوتی ہے اور معدہ مضبوط اور صاف ہوتا ہے اور قلب کو پاکیزگی حاصل ہوتی ہے اور بزدل میں بہادری پیدا ہوتی ہے۔‘

حضرت امام محمد باقر علیہ السلام کا ارشاد ہے کہ بھئی کھانے سے مغمو آدمی کا غم جاتا رہتا ہے۔

حضرت امام رضاؑ کا ارشاد ہے کہ بھئی کھایا کرو کیونکہ وہ عقل کو تیز کرتی ہے۔

خربوزہ

(۷۱) ربيع اُمّتی العذب والبَطِیْخِ

’میری اُمت کی بہار انگور اور خربوزہ کی مہمون منت ہے‘

آج سے چودہ سو سال پیشتر ہادیؑ نے یہ ارشاد فرمایا کہ میری اُمت

خربوزہ ایک ایسا پھل ہے جس کا چھلکا، گودہ، بیج سب ہی کاؤد ہیں خربوزہ کے ٹوکھے ہوتے چھلکے گوشت کو جلدی گلا دیتے ہیں۔ گودہ کھانے سے پیاس بجھتی ہے اور غذائیت ملتی ہے۔ بیج اس کے مقوی دماغ ہیں اور قوت حافظہ کو تیز کرتے ہیں۔ حضرت نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے خربوزے کو پھری سے کاٹ کر کھانے سے منع فرمایا ہے۔

۴۳) عِصَى الْبَطِيخِ وَلَا تَقْطَعْهَا قِطْعًا فَإِنَّهَا فَاكِهَةٌ مُبَارَكَةٌ طَيِّبَةٌ مُطَهَّرَةٌ لَفَمٌ مَقْمُوسَةٌ الْقُلُوبِ تَبْيِضُ الْإِنْسَانَ وَتَرْضَى الرَّحْمَنُ رِيحُهَا مِنَ الْعَبِيرِ وَمَائِهَا مِنَ الْكُوشِ وَلَحْمُهَا مِنَ الْفِرْدَوْسِ وَلَذَّتْهَا مِنَ الْجَنَّةِ وَآكَلُهَا مِنَ الْعِبَادَةِ

خربوزہ کو دانٹوں سے کھاؤ۔ پھری سے چائیکس مت بناؤ۔ پس یہ برکت والا اور پاکیزہ پھل ہے۔ دین و قلب کو پاک و صاف کرنے والا ہے۔ دانٹوں کو چمکدار بناتا ہے، خدا کو اس کی خوشبو عنبر سے بھی زیادہ پسند ہے۔ اس کا پانی آب کوثر ہے اور اس کا گودہ فردوس سے ہے۔ اس کی لذت جنت سے ہے اور اس کا کھانا عبادت ہے۔

ایک اور حدیث میں ارشاد حضرت ختمی المرقت ہور ہا ہے۔

۴۴) تَفَكَّهُوْا بِالْبَطِيخِ فَإِنَّهَا فَاكِهَةٌ

دور کرتا ہے۔

۲) خربوزہ میں ایک ایسا حبس پایا جاتا ہے جو دانٹوں کو صاف سمٹھرا اور دانٹوں کی جلد کو برقرار رکھتا ہے اور دانٹوں کی بیشتر تکالیف سے نجات دلاتا ہے۔

۳) در و گردہ میں خربوزہ نافع ہے۔ اور گردے و مثانہ کی پتھری کو ریزہ ریزہ کر دیتا ہے، معدہ کی تیزابیت، بدہضمی اور سینے کی جلن کو دور کرتا ہے، قبض کو بھی دور کرتا ہے۔

۴) ایام حمل میں اگر استعمال کرایا جائے تو بچہ تندرست اور خوبصورت پیدا ہوگا۔ عورتوں کے ایام کی بے قاعدگی اور کمی میں بھی مفید ہے۔ ایامِ رضاء میں اگر استعمال کرایا جائے تو دودھ زیادہ پیدا ہوتا ہے۔

یہ مندرجہ بالا فوائد موجودہ اطباء و حکماء و ماہرین نے بیان کئے ہیں آئیے اب دیکھیں کہ آنحضرتؐ کے حقیقی جانشین حضرت امام جعفر صادقؑ نے آج سے تقریباً تیرہ سو سال پہلے خربوزے کے بارے میں کیا ارشاد فرمایا ہے۔

حضرت امام جعفر صادقؑ سے منقول ہے کہ خربوزہ کھاؤ کہ اس میں بہت فائدہ ہیں ایک تو اس میں کسی قسم کی خرابی و بیماری نہیں ہے۔ علاوہ اس کے وہ کھانے کی چیز بھی ہے اور پینے کی بھی، میوہ کا میوہ ہے اور پھول کا پھول خوشبو کی چیز بھی ہے منہ کو بھی صاف کرتا ہے۔ روٹی کے ساتھ کھانے کی بھی چیز ہے۔ قوتِ جماع کو زیادہ کرتا ہے۔ مثانہ کو صاف کرتا ہے۔ پیشاب زیادہ لاتا ہے اور ریگِ مثانہ کو رفع کرتا ہے۔

الْجَنَّةُ فِيهَا أَلْفُ بَرَكَةٍ وَ (أَلْفُ رَحْمَةٍ)

”خربوزہ کو اپنا میوہ قرار دو۔ کہ وہ جنت کا میوہ ہے اور اس میں ہزار برکتیں ہیں۔ ہزار رحمتیں ہیں۔“

آنحضرت کے دہن مبارک سے نکلے ہوئے الفاظ پر شک و شبہ کرنے والا خارج از اسلام ہے۔ اور اب خربوزہ کے بارے میں لکھا ہے سو ہے جس میوے میں ہزار ہزار برکتیں اور رحمتیں ہوں تو اس میں شفا ہی شفا ہے۔ خربوزہ کھانے کا بہترین وقت کھانا کھانے کے قبل کا ہے۔ نہار منہ خربوزہ نہیں کھانا چاہیئے۔

حضرت امام رضاؑ سے منقول ہے کہ نہار منہ خربوزہ کھانے سے فالج پیدا ہوتا ہے۔ لے نہار منہ یعنی صبح سو کر اٹھتے ہی نہیں کھانا چاہیئے۔

خربوزے کے بہت سے فوائد حکمائے بیان کئے ہیں ان میں سے صرف ڈاکٹر بلغ الدین جاوید کے تحریر کردہ چند فائیدے درج کئے جاتے ہیں۔

- ۱ خربوزے کے چھلکے ابال کر پینے سے حوض کھل کر آتا ہے۔
- ۲ خربوزے کے بیج پس کر چہرے پر ملنے سے چھائیاں دور ہو جاتی ہیں اور رنگ نکھر تا ہے۔

۳ خربوزہ سوزاک کے زخم کو دور کر دیتا ہے۔ اور سوزاک کا کامیاب علاج ہے۔ خربوزے کے بیج کھانے سے قوت باہ میں اضافہ ہوتا ہے۔

۴ خربوزہ میں رطوبت زیادہ ہوتی ہے اس لئے نہار منہ خربوزہ کھانا دلت لے۔ طب امام رضا، سے قدرت کے ڈاکٹر پھل، ڈاکٹر بلغ الدین جاوید

نہیں ہوتا۔

۹ خربوزہ کھانے کے بعد پانی پینے سے مہینہ ہو جاتا ہے تے

(۷۵) مَا مِنْ امْرَأَةٍ حَامِلٍ أَكَلَتْ الْبَطِيخَ إِلَّا أَنْ يَكُونَ مَوْلُودَهَا حَسَنَ الْوَجْهِ

جو حاملہ عورت خربوزہ کھائے گی تو اس کا بچہ خوبصورت پیدا ہوگا۔

(۷۶) أَكَلُ الْبَطِيخِ قَبْلَ الطَّعَامِ يَغْسِلُ الْبَطْنَ وَيُذْهِبُ بِالْإِمْ

کھانا کھانے سے قبل خربوزہ کھانا درد معدہ کو دفع کرتا ہے (معدہ کو دھو دیتا ہے) بیماریوں سے۔

کھجور

کھجور کی یوں تو بہت سی اقسام ہیں اور ان کی تاثیر بھی الگ الگ ہے بہترین کھجور عرب کی ہوتی ہے۔ عرب کی کھجوروں میں عنبرین، عجوہ اور برنی مشہور ہیں اور بہت عمدہ ہیں۔ کھجوریں بقرہ (عراق) کی بھی بہت اچھی اور لذیذ ہوتی ہیں۔ زیر نظر مضمون میں عجوہ اور برنی کھجور کا تذکرہ کیا جانا مقصود ہے۔ عجوہ کھجور کا ذکر اس سے پیشتر امراض قلب میں بھی آچکا ہے۔ ارشاد حضرت نبی اکرمؐ ہے کہ۔

سے قدرت کے ڈاکٹر پھل، ڈاکٹر بلغ الدین جاوید

کرتی ہے۔ سینہ اور پھیپھڑوں کو بے پناہ طاقت دیتی ہے اور بلغم کو دُور کرتی ہے۔ کھجور شاذ کی پتھری نوڑ کر شل ریت خارج کر دینے میں اپنا جواب نہیں کھتی۔
برنی کھجور کے بارے میں حضرت نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا ارشاد گرامی
ملاحظہ ہو۔

﴿۷۸﴾ عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخَدْرِيِّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ
قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ خَيْرُ
تَمْرَاتِكُمُ الْبَرْنِي يَخْرِجُ الدَّاءَ وَلَا دَاءَ فِيهِ

حضرت ابو سعید خدری رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ حضرت رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: بہترین کھجور برنی ہے وہ روگ دور کرتی ہے اور اس میں کوئی روگ نہیں۔

برنی کھجور سیاح کے بجائے بھوئے رنگ کی ہوتی ہے اس کا سائز بڑا اور میٹھا زیادہ ہوتی ہے، گودا زیادہ اور گھٹلی چھوٹی ہوتی ہے اس لئے اسے زیادہ پسند کیا جاتا ہے۔ خصوصاً ختمی المرتبت صلی اللہ علیہ وسلم نے اسے بیماریوں کا علاج بتایا ہے۔
حضرت امام رضا کا ارشاد گرامی ہے کہ جو شخص بوا سیر سے محفوظ رہنا چاہتا ہو اسے چاہیے کہ ہر شب سات برنی خرمے گائے کے گھی میں کھا لیا کرے۔ اور اپنے خضیوں پر روغن چنبلی کی مالش کیا کرے۔

● (کھجور) خرما اگر اس کو دودھ میں پکالیں تو قوت باہ کے لئے بہت مفید ہے۔

۳۔ تہذیب الاسلام ۴۔ قدرت کے ڈاکٹر پھل، ڈاکٹر بلخ الدین ۵۔ طب نبوی

﴿۷۹﴾ وَالْعَجْوَةُ مِنَ الْجَنَّةِ وَهِيَ شِفَاءٌ مِّنَ السَّهَمِ

”اور عجوہ جنت کا پھل ہے۔ اس میں زہر سے شفا یابی کی تاثیر ہے۔
عجوہ کھجور اطرافِ مدینہ میں پیدا ہوتی ہے لہٰذا آنحضرتؐ نے اس کو زہر سے شفا یابی کی تاثیر قرار دیا ہے۔

● حضرت امام جعفر صادقؑ نے فرمایا ہے عجوہ کھجور دافعِ سمیات ہے اور بہت سی بیماریوں کو دُور کرنے کے لئے مفید ہے۔
● حضرت امام جعفر صادقؑ سے منقول ہے کہ اگر کوئی شخص سات دانے خرمہ عجوہ کے نہار منہ کھا لیا کرے تو اسے کوئی زہر یا مضر یا سحر یا جھوٹ یا پلید مضر نہیں پہنچا سکتا۔

● ایک اور حدیث میں حضرت امام سے ہی منقول ہے کہ جو شخص عجوہ کے سات دانے سوتے وقت کھا لیا کرے اگر اس کے پیٹ میں کیڑے ہوں گے تو وہ مر جائیں گے۔

● جس قدر انسانی جسم کو ٹامن اور دیگر اجزاء کی ضرورت ہوتی ہے وہ سبھی کھجور میں قدرت نے پیدا کئے ہیں۔ اسی کے باعث عرب صحراؤں میں سفر کرنے والے خافے مہینوں صرف کھجور سے گزارہ کرتے رہے ہیں اور کہتے ہیں۔ اور اُن کی صحت بھی غذائی کمی کے باعث متاثر نہیں ہوتی۔

● کھجور خون صاف پیدا کرتی ہے۔ معدہ کو طاقت دے دیتی ہے اور کھانا ہضم

لئے ۳۔ تہذیب الاسلام، ۴۔ طب الصادق، ۵۔ تہذیب الاسلام

حضرت پیغمبر اکرمؐ کی خدمت میں کھجور کا طبق بطور ہدیہ پیش کیا گیا تو آپؐ نے اس وقت کھجور کی صفات بیان کرتے ہوئے فرمایا۔

(۷۹) **يَقْوِي النَّظْرَ وَتَزِيدُنِي الْمَجَامِعَةَ وَتَزِيدُنِي السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَتَهْضُمُ الطَّعَامَ وَتَذْهَبُ بِالْإِثْمِ وَتَطَيِّبُ النَّفْسَ**

”کھجور پشت کو مضبوط کرتی ہے، قوت مجامعت میں اضافہ کرتی ہے، کان اور آنکھ کی قوتوں کو بڑھاتی ہے اور کھانے کو ہضم کرتی ہے اور دہن کو خوشبودار بناتی ہے۔“

پیغمبر اکرمؐ کا ارشاد اگر گرامی ہے کہ زچہ کو چاہیئے کہ ولادت کے روز کھجور کے سات دانے کھلتے، خداوند عالم نے میرے لئے ولادت کے وقت کھجور ہی کا انتظام کیا تھا۔

حضرت امام جعفر صادقؑ کا ارشاد ہے کہ ”جس شخص نے سوتے وقت عجوہ کھجور کے سات دانے کھائے تو عجوہ کھجور اس کے پیٹ کے کیرلوں کو ختم کر دے گی۔ نیز فرمایا۔ کھجور بلغم کو دفع کرتی ہے۔“

(۸۰) **مَنْ وَجَدَ الْقَمْرَ فَلْيَفْطِرْ عَلَيْهِ وَمَنْ لَمْ يَجِدْ فَلْيَفْطِرْ عَلَى الْعَاءِ فَإِنَّهُ طَهُورٌ**

جس کے پاس کھجور ہے تو اس سے افطار کرے اور جس کے پاس نہ ہو تو پانی سے افطار کرے۔ کیونکہ پاک کرنے والا ہے۔

لے لے اکابرین اسلام کا سائنسی شعور مرتبہ مولانا مشتاق حسین شاہد

آنتوں، خشک کھانسی اور ادوارِ لول کو بھی فائدہ بخش ہے۔“

• خمار ترش و خام۔ برائے جریان خون۔ اسہال اور سوزھوں کو بھی نفع پہنچاتا ہے۔ سرطان کو آرام دیتا ہے۔

• وہ عورتیں جو زچگی کے مرحلے سے گزر رہی ہوں ان کے لئے بچہ پیدا کرنے سے قبل چند کھجوریں یا چھوٹے کھا کر اوپر سے ٹھنڈا پانی پی لینے سے بچہ آسانی پیدا ہوتا ہے۔

• حدیث معتبر میں منقول ہے کہ اگرچند قسم کے کھانے جناب رسول خدا صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے سامنے لائے جاتے جن میں خسرا بھی ہوتا تھا۔ تو حضرت ابتداً خسرا سے فرماتے تھے لے

• حضرت علی ابن الحسینؑ اس شخص کو دوست رکھتے تھے جو خسرا یا اس سب سے پسند کرتا تھا کہ وہ جناب رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو مرغوب تھا۔

• حضرت امام موسیٰ کاظمؑ نے فرمایا کہ درخت خسرا کی لکڑی کا دھواں حشرات الارض اور زہریلے جانوروں کو بیکار کر دیتا ہے۔

• حدیث میں منقول ہے کہ کسی شخص نے حضرت امام علی نقی صلوٰۃ اللہ علیہ سے گندہ دہنی کی شکایت کی۔ فرمایا خرما لے بڑنی کھا کر اوپر سے پانی لیا کرو اس عمل سے وہ موٹا تازہ ہو گیا۔ اور رطوبت اس کے مزاج پر غالب آگئی۔ تب رطوبت کی شکایت کی۔ حضرت نے فرمایا خرما لے بڑنی کھا کر اوپر سے پانی نہ پیا کرو۔ اس عمل سے باکل صبح المزاج ہو گیا۔

مک، ص، طب الصادق و قدرت کے ڈاکٹر محلہ حلبۃ المتقین، تہذیب الاسلام

پھلوں کو کھانا چاہیے

ہر موسم کے پھل خداوند کریم کی ایک خاص نعمت میں سے ہیں۔ قدرت نے ہر پھل میں کوئی نہ کوئی خاصیت ضرور رکھی ہے ہر پھل میں کوئی نہ کوئی دامن پایا جاتا ہے۔ یہ دامن جسم انسانی کو تقویت پہنچاتے ہیں اور گرتی ہوئی صحت کو بحال کرتے ہیں اس لئے ہر انسان کو ہر موسم کا پھل کھانا چاہیئے۔ کیونکہ اس میں غذا بھی ہے اور دوا بھی، ہر موسم کے پھل استعمال کرنے کے بلے میں ارشاد حضرت پیغمبر اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم ہے۔

۸۱ عَلَيَّكُمْ بِالْفَوَاكِهَ فِي أَقْبَالِهَا فَإِنَّهَا مُصَحِّحَةٌ لِلأَبْدَانِ مُطْرَدَةٌ لِلأَحْزَانِ وَالْقَوَاهِ فِي أَدْبَارِهَا فَإِنَّهَا دَاءُ الأَبْدَانِ

”تم پر لازم ہے ہر فصل کے تازہ پھلوں کا کھانا کہ وہ جسم انسانی کو صحت مند کرتے ہیں اور غموں کو دور کرتے ہیں۔ اور آخر فصل میں ان کا کھانا ترک کر دو کہ وہ جسم کے لئے موجب مرض ہیں۔“

اس حدیث مبارکہ سے معلوم ہوا کہ ہر موسم کے پھل کو ضرور کھانا چاہیئے۔ اور فصل ختم ہونے سے پہلے اس کو ترک کر دینا چاہیئے درختوں پر جو پھل ہوتے ہیں وہ کئی کئی ماہ کے بعد پکتے ہیں۔ ان سے

پھلوں پر اس دوران کیڑے مکوڑے بول و براز کرتے رہتے ہیں جن سے بہت سی بیماریاں پیدا ہونے کا خطرہ لاحق ہوتا ہے۔ اس لئے پھلوں کو دھو کر کھانا چاہیئے۔

حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام کا ارشاد گرامی ہے کہ ہر پھل پر ایک قسم کا زہر ہوتا ہے۔

آج سے تیرہ سو سال پہلے حضرت امام جعفر صادقؑ نے بغیر کسی خوردبینی آلات کے یہ بتلادیا کہ پھلوں کو دھو کر کھاؤ۔ اس پر ایک قسم کا زہر ہوتا ہے۔ یہ زہر غالباً کیڑے مکوڑوں کا بول و براز ہے۔

شہد

خداوند تعالیٰ نے شہد کی شکل میں ایک ایسی نعمت عطا فرمائی ہے جو ایک انتہائی مفید دوا بھی ہے اور عمدہ غذا بھی ہے۔ شہد ایک ایسی لذیذ اور مزیدار خوراک ہے جس کو ہر ملک اور ہر طبقے کے لوگ استعمال کرتے ہیں۔

بعض طبی تحقیقات سے معلوم ہوتا ہے کہ شہد کا استعمال تقریباً چھ ہزار قبل سے ہوتا چلا آ رہا ہے۔ اور آج تک جاری و ساری ہے۔ توریت میں شہد کا تذکرہ کیا گیا ہے۔ شہد اپنی بیش بہا قدرتی مٹھاس اور دامن منر کی وجہ سے انسان کی عام جسمانی حالت کو بہتر بنانے میں بڑا مددگار ثابت ہوتا ہے۔

شہد بیشتر فوائد کا حامل ایک قدرتی اور لاجواب ٹانک ہے۔ اطباء

قدیم و جدید کے نزدیک اس قدرتی ٹانگ کے مقابل میں کوئی وٹامن نہیں ہیں اور اسی وجہ سے دونوں شہید کی بے بہا افادیت اور نافع ہونے پر متفق ہیں۔ کوئی طریقہ علاج ایسا نہیں جس میں شہید کی خوبیاں مسلم نہ ہوں۔

خداوند تعالیٰ نے قرآن مجید فرقان حمید میں شہد کو لوگوں کے لئے شفاء قرار دیا ہے اور ”فیہ شفاء للناس“ کہا ہے۔ حضرت نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے شہد کی تعریف کی اور بہت سے امراض کا علاج قرار فرمایا ہے۔ ان صفحات میں آنحضرت کی وہ احادیث پیش خدمت ہیں جس میں آنحضرت نے شہد کے متعلق دوا و غذا کے طور پر استعمال کی ہدایت فرمائی ہے۔

(۸۲) **عَلَيْكُمْ بِالْعَسَلِ فَوَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ مَا مِنْ**

بَيْتٍ فِيهِ عَسَلٌ إِلَّا وَتَسْتَغْفِرُ الْمَلَائِكَةُ

لَأَهْلِ ذَلِكَ الْبَيْتِ

”شہد کا استعمال لازم قرار دو مجھے اس ذات کی قسم ہے کہ جس کے ہاتھ میں میری جان ہے کہ جس گھر میں شہد ہو۔ فرشتے اس گھر والوں کے لئے خدا سے بخشش طلب کرتے ہیں۔“

اس حدیث مبارکہ سے معلوم ہوا کہ شہد ایک پاک و طیب دوا ہے جس کے روحانی و جسمانی دونوں فائدے ہیں۔ اور جسم و روح کی غذا ہے اور اس کے فوائد بے شمار ہیں۔ حکماء و اطباء کے نزدیک جو اس کے طبی فوائد بیان کئے گئے ہیں ان کا تذکرہ آئندہ صفحات میں کیا جائے گا۔ کئی سندوں سے ائمہ طاہرین علیہم السلام سے منقول ہے کہ شہد سے بہتر کوئی چیز نہیں جسے مرلین شفا پانے کے لئے استعمال کریں کیوں کہ وہ ہر

درد کے لئے شفا ہے۔ اور قرآن مجید کی تلاوت کرنا اور کندہ چبانا بھی دافع بلیغ اور نافع حافظ ہے۔

ہمارے ملک میں موسم سرما میں ہر ایک کو نزلہ زکام کھانسی، بخار اور سینہ کے امراض سردی لگ جلعن کی وجہ سے لاحق ہوجاتے ہیں۔ اور عام طور سے چھوٹے بچوں کو فوراً ٹھنڈ لگ جاتی ہے جس کی وجہ سے کھانسی بلیغ تکلیف بڑھ جاتی ہے اور بعض کو نمونیہ بھی ہوجاتا ہے ایسے موقع پر شہد اگر ایک چائے کا چمچ ملا دیا جائے بڑوں کو اور آدھا چمچ بچوں کو تومرض میں فوراً افادہ ہوتا ہے۔ حضرت نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا ارشاد گرامی ملاحظہ ہو۔

(۸۳) **نِعْمَ الشَّرَابُ الْعَسَلُ يُرْعَى الْقَلْبُ وَيَذْهَبُ**

بَرْدُ الصَّدْرِ

”شہد بہترین مشروب وہ دل کو صاف و پاک کرتا ہے اور سردی کے اثرات اور سینے کی رطوبت کو ختم کردیتا ہے۔“

حدیث مبارکہ سے واضح ہوا کہ شہد امراض صدر کے لئے نافع ہے اور بلیغ کو رفع کرتا ہے۔ مفرح قلب ہے۔ اور مصفی خون ہے۔

جرمنی کے مشہور امراض قلب ڈاکٹر کوچ دل کی تقویت کے لئے شہد تجویز کرتے ہیں۔ ان کا کہنا ہے کہ جو اثر داند اور جٹی گھوڑے کے لئے رکھی ہے وہی اثر شہد دل کے لئے رکھتا ہے۔

لے کندہ ایک قسم کا گوند ہے۔ شہد زینب الاسلام سے۔ شہد زندگی سے

بڑی تکلیف نہیں پہنچے گی۔ موجودہ دور میں تین امراض کو بہت بڑی تکلیف سمجھا جاتا ہے۔ امراض قلب، ذیابیطس اور گیس ٹروبل، شہد میں یہ خاصیت ہے کہ اسے تینوں بڑی تکلیف کے لئے نہ صرف نافع ہے بلکہ اگر ہر ماہ اس کا تین مرتبہ کم از کم استعمال کیا جاتا رہے تو ان تینوں تکلیف سے محفوظ رہنے کا بہترین ذریعہ ہے شہد کے بانے میں حکماء اس امر پر متفق ہیں کہ یہ امراض قلب کے لئے سود مند ہے۔ مقوی دماغ و حرارت عزیزی ہے۔ سائین کے اس ترقی یافتہ دور میں بھی ذیابیطس جیسے موذی مرض پر قابو نہیں پایا جاسکا۔ صرف وقتی فائدہ کے لئے انسولین کے انجکشن سے مریض کی شکر کو کم کیا جاتا ہے۔ اور شہد اس والی اشیاء کا برسرِ کار کیا جاتا ہے لیکن یہ اعزاز صرف شہد کو حاصل ہے۔ باوجود مٹھاس کے یہ ذیابیطس کے لئے ایک بہترین دوا اور غذا ہے اور اس سے شفا ہوتی ہے۔ شہد اس کے علاوہ ضعف جگر، یرقان میں مفید ہے۔ رُکے ہوئے پیٹ کو جاری کرتا ہے۔ پتھری کو نکالتا ہے اور مثانہ میں طاقت پیدا کرتا ہے۔

گیسٹرلک کے لئے بھی شہد فائدہ مند ہے۔ اس کا استعمال ریا حوں کو خارج کرتا ہے۔ معدہ کو دھو لے اور اس کو صحت بخشا ہے۔ اس کے فضلات کو رفع کرتا ہے قبض کو دور کرتا ہے اور سنداں کو نکالتا ہے اور معدہ کا اعتدال قائم رکھتا ہے۔ شہد شکر کے مسلسل استعمال سے معدے کی جلن اور تیزابیت کی زیادتی بھی ٹھیک ہو جاتی ہے۔ خداوند تعالیٰ نے شہد میں یہ خاصیت رکھی ہے کہ یہ زخموں کو مندمل کرتا ہے۔ اس لئے السر (زخم معدہ) کے مریضوں کے لئے شفا ہے۔

ایک روایت میں ہے کہ کسی شخص نے حضرت امام جعفر صادقؑ سے قرآنِ قرعہ

مشہور و ممتاز ماہرِ اغدیہ آرئلڈ لورینڈ کا کہنا ہے کہ شہد دل کے اعصاب کو تقویت بخشنے کا موثر ذریعہ ہے۔ یوں سمجھئے کہ دل کے لئے نئی زندگی رکھتا ہے۔ ان سے جب بھی کوئی دل کے لئے بہترین غذا تجویز کرنے کے لئے کہتا تو ان کا ایک ہی جواب ہمیشہ ہوتا کہ شہد کھاؤ گے

جدید طبی تحقیقات نے انکشاف کیا ہے کہ شہد انجاننا (دردِ قلب) کے لئے مفید ہے اور اس کا استعمال کلسرٹول کے اثرات کو کم کرتا ہے اور خون کو تپلا رکھتا ہے اور چربی زیادہ پیدا نہیں ہونے دیتا۔ امراض قلب کے ذیل میں تحریر کیا جا چکا ہے کہ خون میں جب زیادہ گاڑھا پن آجاتا ہے تو قلب کے امراض پیدا ہوتے ہیں۔ موجود دور کے ماہرینِ امراض قلب اور جدید تحقیقات سے واضح ہوا کہ شہد میں امراض قلب کے دغیہ کے لئے دوا میں اثرات موجود ہیں اور یہی بات آج سے چودہ سو سال پہلے ہادی برحق حضرت نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمائی کہ شہد میں شفا ہی شفا ہے اس کا استعمال لازم کرلو۔ ایک اور مقام پر ارشاد گرامی ہوتا ہے سنن ابنِ ماجہ میں سے جے نقل کیا جا رہا ہے۔

۸۴ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مَنْ لَعِقَ الْعَسَلَ ثَلَاثَ عَدَوَاتٍ فِي كُلِّ شَهْرٍ لَمْ يَصِبْهُ عَظِيمٌ مِنَ الْبَلَاءِ

حضرت رسول کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا جو شخص ہر مہینہ صبح کے وقت تین دن شہد چاٹے اُسے کوئی بڑی تکلیف نہیں پہنچتی ہے۔

حضور اکرمؐ کے ارشاد کے مطابق اگر مہینہ میں تین دن شہد چاٹا جائے تو کوئی

(پیٹ میں گڑگڑاہٹ، اجتماع ریاحی) کی شکایت کی۔ آپ نے فرمایا کالادانہ شہد میں ملا کر کھالو ملے۔

■ فقہ الرضا میں حضرت امام رضا سے منقول ہے کہ حضرت نے فرمایا کہ شہد میں ہر مرض کے لئے شفا ہے اور جو شخص نہار منہ ہر روز شہد ایک انگلی بھر کھالیا کرے اس کا بلغم بھی رفع ہو جائے گا اور سودا بھی جاتا رہے گا۔ ذہن بھی صاف ہو جائے گا اور حافظہ بھی قوی ہوگا۔ اور اگر "کندر" کے ساتھ کھا کر ٹھنڈا پانی پیئے تو حرارت کو سکون ہوگا، صفراء کی اصلاح ہو جائے گی۔ کھانا ہضم ہونے لگے گا اور فم معدہ میں جو فاسد خلطیں جمع ہو گئی ہوں ان کا دفعیہ ہو جائے گا۔

شہد میں ایک خاص خوبی یہ ہے کہ یہ جراثیم کش ہے نہ صرف جراثیم کو مارتا ہے بلکہ جراثیم کی پیدائش کو روکتا ہے۔ ماهرین نے برسہا برس کی محنت و کوشش کے بعد یہ تحقیق کی ہے کہ شہد سے زیادہ موثر دوا جراثیموں کے مارنے کے لئے کوئی بھی نہیں ہے۔ ماهرین نے یہ ثابت کیا ہے کہ شہد میں یہ صفت ہے کہ یہ بھی کو اپنے اندر جذب کر لیتا ہے اور جراثیم (بکٹیریا) کے جسم سے تمام پانی چوس لیتا ہے جس سے وہ مردہ ہو جاتے ہیں اور اس طرح جراثیم جسم انسانی سے فنا ہو جاتے ہیں۔ یہ پہلے بیان کیا جا چکا ہے کہ (زخم معدہ) السر کو شہد مند مل کرتا ہے اور یہ اس کی ہی جراثیم کش قوت ہے جس سے زخم مند مل ہو جاتا ہے۔ شہد بخار اور نمونہ کے جراثیم کو بھی نیست و نابود کرتا ہے۔ حضور اکرمؐ نے آج سے چودہ سو سال پہلے ارشاد فرمایا کہ:

لے بٹلہ طب امام رضا۔ تہذیب الاسلام

۱۵۵) الْعَسَلُ شِفَاءٌ يَطْرُدُ الرِّيحَ وَالْحُمَى

۱۵۵

» شہد شفا ہے کہ وہ بادی اور بخار کے اثرات کو دور رکھتی ہے :
موجودہ دور کے ماہرین جرثومیات نے جب تجزیہ کیا تو معلوم ہوا کہ میعاد بادی بخار (ٹائیفائڈ) کے جراثیم شہد میں ۸ گھنٹوں کے اندر مر جاتے ہیں اور سچپس کے جراثیم دس گھنٹے میں بنوینہ اور پھیپھڑے کے دیگر امراض کھانسی وغیرہ کے جراثیم ۸ گھنٹے سے ۹۶ گھنٹے کے اندر اندر ہلاک ہو جاتے ہیں یہ تو کھانسی تجزیہ جس سے معلوم ہوا کہ شہد بخار کے لئے مفید دوا ہے۔ اور ساتھ ہی ساتھ یہ بادی کے اثرات کو ختم کر کے جسم کو موٹاپے سے محفوظ رکھتا ہے۔ شہد قوت حافظہ کے لئے بھی مفید ہے :
آنحضرتؐ کا ارشاد گرامی ہے کہ :-

۱۶۱) مَنْ أَرَادَ الْحِفْظَ فَيَأْكُلِ الْعَسَلُ

۱۶۱

جو کوئی قوت حافظہ بڑھانا چاہے تو اس کو چاہیئے وہ شہد کھائے :
کتاب المفردات و خواص الادویہ کے حوالے سے طب نبویؐ میں شہد کے بارے میں تحریر ہے کہ جدید طبق تحقیقات کی رو سے یہ امر ثابت ہو چکا ہے کہ شہد بے شمار امراض کی دوا ہے۔ اس میں وٹامن (حیاتین) ا۔ ب۔ ج مختلف مقداروں میں موجود ہیں شہد ملین ہے۔ ریاح کو تحلیل کرنے والا اور لقمین دور کرنے والا ہے۔ شہد بدن کو طاقت اور پھیپھڑوں کو قوت بخشتا ہے۔ لقوہ اور فالج کا علاج ہے۔ صفائی خون اور امراض قلب کے لئے نافع ہے۔ آنکھوں کی بیماریوں اور جلانے بصر کیلئے بہترین دوا ہے۔ شہد کے استعمال سے حافظہ تیز ہو جاتا ہے۔ دماغی نکانہ دور ہو جاتی ہے

- کچھ باتیں تحریر کی جا رہی ہیں۔
- شہد میں کھن ڈبو کر نکال دی جائے اگر وہ پر صاف کر کے اٹھ جائے تو شہد اصلی ہے
 - شہد کو روٹی کے ٹکڑے پونگھ کر آگ لگا دیں اگر چر سپر اہٹ ہو تو نقلی ہے
 - اگر چر سپر اہٹ نہ ہو تو اصلی ہے
 - شہد کو اگر کپٹے یا کاغذ پر ذرا سا ڈالا جائے اگر شہد کپٹے یا کاغذ پر لگے بغیر گولی یا موتی کی طرح اس پر پھیل جاتے تو شہد اصلی ہے۔
 - چند قطے شہد کے پانی کے گلاس میں ڈالیں اگر وہ اسی طرح پڑے ہیں تو اصلی ہے اور اگر پانی میں گھل جائیں فوری طور پر تو نقلی ہے
 - اگر نکش کی ایک ڈلی کو لے کر شہد میں رگڑا جائے اور شہد نمکین ہو جائے تو نقلی ہے اور اگر نمکین نہ ہو تو اصلی ہے
 - شہد اشتعالیوں کو صاف کرنا۔ طریقات کو حل کرنا ہے کیونکہ طہین ہے۔
 - ضعیف العمر اور بلغمی مزاج لوگوں کے لئے حد درجہ مفید ہے۔
 - بیمار و مزاج افراد کے لئے بھی نافع ہے۔
 - شانہ، تلی، جگر، سینہ اور معدہ کو صحت بخشتا ہے۔
 - مدبر بول ہے۔ اس سے پشایا کھل کو آتا ہے۔
 - آنکھوں میں لگاتے سے جگہ تیز ہوتی ہے اور آسٹوہ چشم کو شفا ملتی ہے
 - دانت صاف ہوتے ہیں، چمکتے ہیں اور مضبوطی حاصل کرتے ہیں
 - دوا کے ساتھ بہترین غذا بھی ہے اور مشروب بھی
 - لغوہ اور فالج کا علاج ہے

- دماغی کام کرنے والوں کے لئے شہد ایک مفید ٹانکٹ ہے۔
- تہذیب الاسلام میں لکھا ہے کہ آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا کہ حق تعالیٰ نے شہد میں ایک خاص برکت عطا کی ہے یعنی اس میں تمام امراض کے لئے شفا ہے اور ستر پیغمبروں نے اسے دے کر بکرت دی ہے۔
 - حضرت امام موسیٰ کاظمؑ نے فرمایا کہ جس شخص کا لطف متغیر ہو جائے یعنی اس سے اولاد پیدا نہ ہوتی ہو، اس کو چاہیئے کہ دو دھ میں شہد ملا کر پیارے سے مشہور زمانہ طبیب بقراط جس کو طب کی دنیا میں بابائے طب کے نام سے یاد کیا جاتا ہے۔ سانس کی تنگی (تنگی تنفس) کے مریضوں کو شہد استعمال کرنا تھا اور طویل عمر کے خواہشمند لوگوں کو شہد کھانے کی ہدایت کرتا تھا
 - حکیم جالینوس شہد کی مردہ مکیبوں سے گنجین کا علاج کرتا تھا
 - شہد کے خواص سر سے لیکر پاؤں تک تحریر کرنے کے لئے پوری ایک کتاب تحریر کی جاسکتی ہے۔ یہاں صرف خاص خاص خواص بیان کر دیئے گئے ہیں جو حضرات مزید خواص پڑھنا چاہیں وہ شہد سے جن کتابوں کا حوالہ دیا گیا ہے وہ پڑھ سکتے ہیں اور اپنی معلومات میں اضافہ کر سکتے ہیں۔ آخر میں یہ بات اور تحریر کر دی جائے کہ شہد کو استعمال کرنے سے پہلے پرکھ لیا جائے کہ شہد خالص ہے کہ نہیں۔ شہد خالص کی پہچان اور شناخت کے بارے میں طب امام رضائیں پہلے ہی درج کیا جا چکا ہے یہاں پر بھی
 - ۱۔ طب نبوی، حافظ نذرا حمد سے تہذیب الاسلام، حکیم مقبول حین
 - ۲۔ تہذیب الاسلام، حکیم مقبول حین، نظر ثانی شدہ ڈاکٹر مسعود رضا خاکی صاحب
 - ۳۔ شہد بہترین قدرتی غذا اور دوا، مصنفہ سلیم احمد صدیقی

زیتون

خدا بزرگ و بڑے اپنے پاک کلام میں زیتون کے درخت کو شجرہ مبارکہ قرار دیا ہے اور ایک دوسرے مقام پر زیتون کی قسم کھائی ہے اس کا تذکرہ فرمایا ہے۔ اور مختلف سورہ ہائے قرآنی میں زیتون اور اس کے تیل کا متعدد بار ذکر کیا ہے زیتون کے پھل اور تیل کے بیشمار فوائد ہیں۔ قدیم و جدید اطباء و حکماء نے بھی اس کے فوائد و خواص پر متعدد کتب میں روشنی ڈالی ہے۔ خوفِ طوائف سے ہم مرنے والے محقق اس کے خواص و فوائد تحریر کے دیتے ہیں۔

- زیتون کا تیل جوڑوں کے درد کو دور کرتا ہے اور پٹھوں کو مضبوط کرتا ہے
- قبض کُٹا ہے۔ معدہ کے سرکیلے نافع ہے، درِ قلع میں فائدہ مند ہے
- انتر دیوں کے دُرم اور دُرم معدہ کو دفع کرتا ہے۔
- کمزور بچوں کے لئے ماش کرنے سے کمزوری دور کرتا ہے۔
- اعصاب اور پٹھوں کی توانائی بحال کرتا ہے، دماغی قوت میں اضافہ کرتا ہے
- اندرونی اعضا کی سوزش و خراش میں تسکین بخش ہے۔
- بچوں کو موسمِ سرما کے مضر سے محفوظ رکھتا ہے۔
- بلغم کا اخراج کرتا ہے۔ کھانسی میں نفع بخش ہے۔
- نمونیہ میں اور بچوں کی پسلی چلنے میں اضافہ کرتا ہے (دیکھئے نمونیہ صفحہ ۷)

۱۔ سورہ نور ۲۔ سورہ التین ۳۔ سورہ النعام ۴۔ سورہ عبس ۵۔ سورہ نحل

● کھانسی، دمہ اور سردیوں کے لئے اکشیر ہے۔

● صفائی خون اور امراضِ قلب کے لئے نافع ہے۔

● حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام سے منقول ہے کہ کسی شخص نے حضرت رسول

خدا صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہو کر عرض کیا میرے بھائی کے پیٹ میں درد ہے۔ آنحضرتؐ نے ارشاد فرمایا کہ اس سے کہہ دے کہ تھوڑا شہد گرم پانی میں ملا کر پی لے۔ دوسرے دن وہی شخص پھر آیا اور عرض کیا کہ اس نے شہد پایا تھا مگر کچھ فائدہ نہیں ہوا۔ فرمایا جا اور پھر شہد ملا۔ اور اس کے پاس بیٹھ کر سات مرتبہ سورہ الحمد بھی پڑھ، جب وہ چلا گیا تو آنحضرتؐ نے فرمایا کہ اس کا بھائی منافق ہے یہی وجہ ہے کہ اس کو شہد نے نفع نہیں کیا ہے۔ اس حدیث سے معلوم ہوا کہ شہد منافق کو نفع نہیں پہنچاتا۔

● روایت ہے کہ کسی شخص نے حضرت امام جعفر صادقؑ سے قراقرم معدہ کی شکایت

کی فرمایا کالادانہ شہد میں ملا کر کھا لو گے

تین چیزیں ایسی ہیں جس سے بدنِ انسانی کو راحت ملتی ہے، ارشاد حضرت بنی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم ہے کہ:-

ثَلَاثَةٌ يَفْرَحُ بِهِنَّ الْجَسْمُ وَيُرَبُّوهُ،
الطَّيِّبُ وَلِبَاسُ اللَّيْنِ وَشَرِبُّ الْعَسَلِ

تین چیزوں کے ذریعہ جسم سرور مضبوط ہوتا ہے خوشبو، نرم لباس اور شہد کا پینا۔

۱۔ تہذیب الاسلام، ۲۔ تہذیب الاسلام

۹۱) کُلُوا الزَّيْتِ وَأَدَا هِنُوَابِهِ فَإِنَّهُ مِنْ شَجَرَةٍ مَبَارَكَةٍ

زیتون کھایا کرو اور اس کا تیل لگایا کرو۔ کیوں کہ یہ مبارک شے ہے۔
 حلیۃ المتقین میں منقول ہے کہ حضرت رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم
 نے حضرت امیر المؤمنین علیہ السلام سے فرمایا کہ یا علی روغن زیتون کھاؤ اور بدن
 پر ملو کیونکہ جو شخص کھائے گا اور بدن پر ملے گا۔ چالیس روز تک
 شیطان اس کے پاس نہ چھنے گا۔

حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام کا ارشاد ہے کہ زیتون کا تیل مادہ
 منورہ میں زیادتی پیدا کرتا ہے۔

طب امام الصادق ع میں ہے کہ درخت زیتون کے پتے فشارخون والے
 افراد کے لئے مفید ہیں اور روغن زیتون امراض جگر اور سونے ہضم میں
 نافع ہے۔ درجہ جگر میں تسکین کا باعث ہے۔ امراض مل اور امراض سینہ
 میں جو افراد مبتلا ہوں ان کے لئے روغن زیتون کو سلاہ میں استعمال مفید ہے
 حضرت امام رضا علیہ السلام کا ارشاد ہے کہ ماکولات میں زیتون کا تیل
 بہترین ہے۔ یہ بنفس کو پاکیزہ کرتا ہے۔ بلغم کو دفع کرتا ہے رنگ کو نکھارتا
 ہے۔ پھٹوں کو مضبوط کرتا ہے، جوڑوں کے درد کو دور کرتا ہے اور غصہ کو
 ٹھنڈا کرتا ہے۔

زیتون کا پھل اور تیل انتہائی مفید ہیں اور اس کے پتے بھی فشارخون
 کے طب نبوی سے ابن ماجہ جلد دوم سے حلیۃ المتقین ص ۱۲۵، طب الصادق ع سے ۱۹۶، ۱۹۷، ۱۹۸، ۱۹۹، ۲۰۰، ۲۰۱، ۲۰۲، ۲۰۳، ۲۰۴، ۲۰۵، ۲۰۶، ۲۰۷، ۲۰۸، ۲۰۹، ۲۱۰، ۲۱۱، ۲۱۲، ۲۱۳، ۲۱۴، ۲۱۵، ۲۱۶، ۲۱۷، ۲۱۸، ۲۱۹، ۲۲۰، ۲۲۱، ۲۲۲، ۲۲۳، ۲۲۴، ۲۲۵، ۲۲۶، ۲۲۷، ۲۲۸، ۲۲۹، ۲۳۰، ۲۳۱، ۲۳۲، ۲۳۳، ۲۳۴، ۲۳۵، ۲۳۶، ۲۳۷، ۲۳۸، ۲۳۹، ۲۴۰، ۲۴۱، ۲۴۲، ۲۴۳، ۲۴۴، ۲۴۵، ۲۴۶، ۲۴۷، ۲۴۸، ۲۴۹، ۲۵۰، ۲۵۱، ۲۵۲، ۲۵۳، ۲۵۴، ۲۵۵، ۲۵۶، ۲۵۷، ۲۵۸، ۲۵۹، ۲۶۰، ۲۶۱، ۲۶۲، ۲۶۳، ۲۶۴، ۲۶۵، ۲۶۶، ۲۶۷، ۲۶۸، ۲۶۹، ۲۷۰، ۲۷۱، ۲۷۲، ۲۷۳، ۲۷۴، ۲۷۵، ۲۷۶، ۲۷۷، ۲۷۸، ۲۷۹، ۲۸۰، ۲۸۱، ۲۸۲، ۲۸۳، ۲۸۴، ۲۸۵، ۲۸۶، ۲۸۷، ۲۸۸، ۲۸۹، ۲۹۰، ۲۹۱، ۲۹۲، ۲۹۳، ۲۹۴، ۲۹۵، ۲۹۶، ۲۹۷، ۲۹۸، ۲۹۹، ۳۰۰، ۳۰۱، ۳۰۲، ۳۰۳، ۳۰۴، ۳۰۵، ۳۰۶، ۳۰۷، ۳۰۸، ۳۰۹، ۳۱۰، ۳۱۱، ۳۱۲، ۳۱۳، ۳۱۴، ۳۱۵، ۳۱۶، ۳۱۷، ۳۱۸، ۳۱۹، ۳۲۰، ۳۲۱، ۳۲۲، ۳۲۳، ۳۲۴، ۳۲۵، ۳۲۶، ۳۲۷، ۳۲۸، ۳۲۹، ۳۳۰، ۳۳۱، ۳۳۲، ۳۳۳، ۳۳۴، ۳۳۵، ۳۳۶، ۳۳۷، ۳۳۸، ۳۳۹، ۳۴۰، ۳۴۱، ۳۴۲، ۳۴۳، ۳۴۴، ۳۴۵، ۳۴۶، ۳۴۷، ۳۴۸، ۳۴۹، ۳۵۰، ۳۵۱، ۳۵۲، ۳۵۳، ۳۵۴، ۳۵۵، ۳۵۶، ۳۵۷، ۳۵۸، ۳۵۹، ۳۶۰، ۳۶۱، ۳۶۲، ۳۶۳، ۳۶۴، ۳۶۵، ۳۶۶، ۳۶۷، ۳۶۸، ۳۶۹، ۳۷۰، ۳۷۱، ۳۷۲، ۳۷۳، ۳۷۴، ۳۷۵، ۳۷۶، ۳۷۷، ۳۷۸، ۳۷۹، ۳۸۰، ۳۸۱، ۳۸۲، ۳۸۳، ۳۸۴، ۳۸۵، ۳۸۶، ۳۸۷، ۳۸۸، ۳۸۹، ۳۹۰، ۳۹۱، ۳۹۲، ۳۹۳، ۳۹۴، ۳۹۵، ۳۹۶، ۳۹۷، ۳۹۸، ۳۹۹، ۴۰۰، ۴۰۱، ۴۰۲، ۴۰۳، ۴۰۴، ۴۰۵، ۴۰۶، ۴۰۷، ۴۰۸، ۴۰۹، ۴۱۰، ۴۱۱، ۴۱۲، ۴۱۳، ۴۱۴، ۴۱۵، ۴۱۶، ۴۱۷، ۴۱۸، ۴۱۹، ۴۲۰، ۴۲۱، ۴۲۲، ۴۲۳، ۴۲۴، ۴۲۵، ۴۲۶، ۴۲۷، ۴۲۸، ۴۲۹، ۴۳۰، ۴۳۱، ۴۳۲، ۴۳۳، ۴۳۴، ۴۳۵، ۴۳۶، ۴۳۷، ۴۳۸، ۴۳۹، ۴۴۰، ۴۴۱، ۴۴۲، ۴۴۳، ۴۴۴، ۴۴۵، ۴۴۶، ۴۴۷، ۴۴۸، ۴۴۹، ۴۵۰، ۴۵۱، ۴۵۲، ۴۵۳، ۴۵۴، ۴۵۵، ۴۵۶، ۴۵۷، ۴۵۸، ۴۵۹، ۴۶۰، ۴۶۱، ۴۶۲، ۴۶۳، ۴۶۴، ۴۶۵، ۴۶۶، ۴۶۷، ۴۶۸، ۴۶۹، ۴۷۰، ۴۷۱، ۴۷۲، ۴۷۳، ۴۷۴، ۴۷۵، ۴۷۶، ۴۷۷، ۴۷۸، ۴۷۹، ۴۸۰، ۴۸۱، ۴۸۲، ۴۸۳، ۴۸۴، ۴۸۵، ۴۸۶، ۴۸۷، ۴۸۸، ۴۸۹، ۴۹۰، ۴۹۱، ۴۹۲، ۴۹۳، ۴۹۴، ۴۹۵، ۴۹۶، ۴۹۷، ۴۹۸، ۴۹۹، ۵۰۰، ۵۰۱، ۵۰۲، ۵۰۳، ۵۰۴، ۵۰۵، ۵۰۶، ۵۰۷، ۵۰۸، ۵۰۹، ۵۱۰، ۵۱۱، ۵۱۲، ۵۱۳، ۵۱۴، ۵۱۵، ۵۱۶، ۵۱۷، ۵۱۸، ۵۱۹، ۵۲۰، ۵۲۱، ۵۲۲، ۵۲۳، ۵۲۴، ۵۲۵، ۵۲۶، ۵۲۷، ۵۲۸، ۵۲۹، ۵۳۰، ۵۳۱، ۵۳۲، ۵۳۳، ۵۳۴، ۵۳۵، ۵۳۶، ۵۳۷، ۵۳۸، ۵۳۹، ۵۴۰، ۵۴۱، ۵۴۲، ۵۴۳، ۵۴۴، ۵۴۵، ۵۴۶، ۵۴۷، ۵۴۸، ۵۴۹، ۵۵۰، ۵۵۱، ۵۵۲، ۵۵۳، ۵۵۴، ۵۵۵، ۵۵۶، ۵۵۷، ۵۵۸، ۵۵۹، ۵۶۰، ۵۶۱، ۵۶۲، ۵۶۳، ۵۶۴، ۵۶۵، ۵۶۶، ۵۶۷، ۵۶۸، ۵۶۹، ۵۷۰، ۵۷۱، ۵۷۲، ۵۷۳، ۵۷۴، ۵۷۵، ۵۷۶، ۵۷۷، ۵۷۸، ۵۷۹، ۵۸۰، ۵۸۱، ۵۸۲، ۵۸۳، ۵۸۴، ۵۸۵، ۵۸۶، ۵۸۷، ۵۸۸، ۵۸۹، ۵۹۰، ۵۹۱، ۵۹۲، ۵۹۳، ۵۹۴، ۵۹۵، ۵۹۶، ۵۹۷، ۵۹۸، ۵۹۹، ۶۰۰، ۶۰۱، ۶۰۲، ۶۰۳، ۶۰۴، ۶۰۵، ۶۰۶، ۶۰۷، ۶۰۸، ۶۰۹، ۶۱۰، ۶۱۱، ۶۱۲، ۶۱۳، ۶۱۴، ۶۱۵، ۶۱۶، ۶۱۷، ۶۱۸، ۶۱۹، ۶۲۰، ۶۲۱، ۶۲۲، ۶۲۳، ۶۲۴، ۶۲۵، ۶۲۶، ۶۲۷، ۶۲۸، ۶۲۹، ۶۳۰، ۶۳۱، ۶۳۲، ۶۳۳، ۶۳۴، ۶۳۵، ۶۳۶، ۶۳۷، ۶۳۸، ۶۳۹، ۶۴۰، ۶۴۱، ۶۴۲، ۶۴۳، ۶۴۴، ۶۴۵، ۶۴۶، ۶۴۷، ۶۴۸، ۶۴۹، ۶۵۰، ۶۵۱، ۶۵۲، ۶۵۳، ۶۵۴، ۶۵۵، ۶۵۶، ۶۵۷، ۶۵۸، ۶۵۹، ۶۶۰، ۶۶۱، ۶۶۲، ۶۶۳، ۶۶۴، ۶۶۵، ۶۶۶، ۶۶۷، ۶۶۸، ۶۶۹، ۶۷۰، ۶۷۱، ۶۷۲، ۶۷۳، ۶۷۴، ۶۷۵، ۶۷۶، ۶۷۷، ۶۷۸، ۶۷۹، ۶۸۰، ۶۸۱، ۶۸۲، ۶۸۳، ۶۸۴، ۶۸۵، ۶۸۶، ۶۸۷، ۶۸۸، ۶۸۹، ۶۹۰، ۶۹۱، ۶۹۲، ۶۹۳، ۶۹۴، ۶۹۵، ۶۹۶، ۶۹۷، ۶۹۸، ۶۹۹، ۷۰۰، ۷۰۱، ۷۰۲، ۷۰۳، ۷۰۴، ۷۰۵، ۷۰۶، ۷۰۷، ۷۰۸، ۷۰۹، ۷۱۰، ۷۱۱، ۷۱۲، ۷۱۳، ۷۱۴، ۷۱۵، ۷۱۶، ۷۱۷، ۷۱۸، ۷۱۹، ۷۲۰، ۷۲۱، ۷۲۲، ۷۲۳، ۷۲۴، ۷۲۵، ۷۲۶، ۷۲۷، ۷۲۸، ۷۲۹، ۷۳۰، ۷۳۱، ۷۳۲، ۷۳۳، ۷۳۴، ۷۳۵، ۷۳۶، ۷۳۷، ۷۳۸، ۷۳۹، ۷۴۰، ۷۴۱، ۷۴۲، ۷۴۳، ۷۴۴، ۷۴۵، ۷۴۶، ۷۴۷، ۷۴۸، ۷۴۹، ۷۵۰، ۷۵۱، ۷۵۲، ۷۵۳، ۷۵۴، ۷۵۵، ۷۵۶، ۷۵۷، ۷۵۸، ۷۵۹، ۷۶۰، ۷۶۱، ۷۶۲، ۷۶۳، ۷۶۴، ۷۶۵، ۷۶۶، ۷۶۷، ۷۶۸، ۷۶۹، ۷۷۰، ۷۷۱، ۷۷۲، ۷۷۳، ۷۷۴، ۷۷۵، ۷۷۶، ۷۷۷، ۷۷۸، ۷۷۹، ۷۸۰، ۷۸۱، ۷۸۲، ۷۸۳، ۷۸۴، ۷۸۵، ۷۸۶، ۷۸۷، ۷۸۸، ۷۸۹، ۷۹۰، ۷۹۱، ۷۹۲، ۷۹۳، ۷۹۴، ۷۹۵، ۷۹۶، ۷۹۷، ۷۹۸، ۷۹۹، ۸۰۰، ۸۰۱، ۸۰۲، ۸۰۳، ۸۰۴، ۸۰۵، ۸۰۶، ۸۰۷، ۸۰۸، ۸۰۹، ۸۱۰، ۸۱۱، ۸۱۲، ۸۱۳، ۸۱۴، ۸۱۵، ۸۱۶، ۸۱۷، ۸۱۸، ۸۱۹، ۸۲۰، ۸۲۱، ۸۲۲، ۸۲۳، ۸۲۴، ۸۲۵، ۸۲۶، ۸۲۷، ۸۲۸، ۸۲۹، ۸۳۰، ۸۳۱، ۸۳۲، ۸۳۳، ۸۳۴، ۸۳۵، ۸۳۶، ۸۳۷، ۸۳۸، ۸۳۹، ۸۴۰، ۸۴۱، ۸۴۲، ۸۴۳، ۸۴۴، ۸۴۵، ۸۴۶، ۸۴۷، ۸۴۸، ۸۴۹، ۸۵۰، ۸۵۱، ۸۵۲، ۸۵۳، ۸۵۴، ۸۵۵، ۸۵۶، ۸۵۷، ۸۵۸، ۸۵۹، ۸۶۰، ۸۶۱، ۸۶۲، ۸۶۳، ۸۶۴، ۸۶۵، ۸۶۶، ۸۶۷، ۸۶۸، ۸۶۹، ۸۷۰، ۸۷۱، ۸۷۲، ۸۷۳، ۸۷۴، ۸۷۵، ۸۷۶، ۸۷۷، ۸۷۸، ۸۷۹، ۸۸۰، ۸۸۱، ۸۸۲، ۸۸۳، ۸۸۴، ۸۸۵، ۸۸۶، ۸۸۷، ۸۸۸، ۸۸۹، ۸۹۰، ۸۹۱، ۸۹۲، ۸۹۳، ۸۹۴، ۸۹۵، ۸۹۶، ۸۹۷، ۸۹۸، ۸۹۹، ۹۰۰، ۹۰۱، ۹۰۲، ۹۰۳، ۹۰۴، ۹۰۵، ۹۰۶، ۹۰۷، ۹۰۸، ۹۰۹، ۹۱۰، ۹۱۱، ۹۱۲، ۹۱۳، ۹۱۴، ۹۱۵، ۹۱۶، ۹۱۷، ۹۱۸، ۹۱۹، ۹۲۰، ۹۲۱، ۹۲۲، ۹۲۳، ۹۲۴، ۹۲۵، ۹۲۶، ۹۲۷، ۹۲۸، ۹۲۹، ۹۳۰، ۹۳۱، ۹۳۲، ۹۳۳، ۹۳۴، ۹۳۵، ۹۳۶، ۹۳۷، ۹۳۸، ۹۳۹، ۹۴۰، ۹۴۱، ۹۴۲، ۹۴۳، ۹۴۴، ۹۴۵، ۹۴۶، ۹۴۷، ۹۴۸، ۹۴۹، ۹۵۰، ۹۵۱، ۹۵۲، ۹۵۳، ۹۵۴، ۹۵۵، ۹۵۶، ۹۵۷، ۹۵۸، ۹۵۹، ۹۶۰، ۹۶۱، ۹۶۲، ۹۶۳، ۹۶۴، ۹۶۵، ۹۶۶، ۹۶۷، ۹۶۸، ۹۶۹، ۹۷۰، ۹۷۱، ۹۷۲، ۹۷۳، ۹۷۴، ۹۷۵، ۹۷۶، ۹۷۷، ۹۷۸، ۹۷۹، ۹۸۰، ۹۸۱، ۹۸۲، ۹۸۳، ۹۸۴، ۹۸۵، ۹۸۶، ۹۸۷، ۹۸۸، ۹۸۹، ۹۹۰، ۹۹۱، ۹۹۲، ۹۹۳، ۹۹۴، ۹۹۵، ۹۹۶، ۹۹۷، ۹۹۸، ۹۹۹، ۱۰۰۰، ۱۰۰۱، ۱۰۰۲، ۱۰۰۳، ۱۰۰۴، ۱۰۰۵، ۱۰۰۶، ۱۰۰۷، ۱۰۰۸، ۱۰۰۹، ۱۰۱۰، ۱۰۱۱، ۱۰۱۲، ۱۰۱۳، ۱۰۱۴، ۱۰۱۵، ۱۰۱۶، ۱۰۱۷، ۱۰۱۸، ۱۰۱۹، ۱۰۲۰، ۱۰۲۱، ۱۰۲۲، ۱۰۲۳، ۱۰۲۴، ۱۰۲۵، ۱۰۲۶، ۱۰۲۷، ۱۰۲۸، ۱۰۲۹، ۱۰۳۰، ۱۰۳۱، ۱۰۳۲، ۱۰۳۳، ۱۰۳۴، ۱۰۳۵، ۱۰۳۶، ۱۰۳۷، ۱۰۳۸، ۱۰۳۹، ۱۰۴۰، ۱۰۴۱، ۱۰۴۲، ۱۰۴۳، ۱۰۴۴، ۱۰۴۵، ۱۰۴۶، ۱۰۴۷، ۱۰۴۸، ۱۰۴۹، ۱۰۵۰، ۱۰۵۱، ۱۰۵۲، ۱۰۵۳، ۱۰۵۴، ۱۰۵۵، ۱۰۵۶، ۱۰۵۷، ۱۰۵۸، ۱۰۵۹، ۱۰۶۰، ۱۰۶۱، ۱۰۶۲، ۱۰۶۳، ۱۰۶۴، ۱۰۶۵، ۱۰۶۶، ۱۰۶۷، ۱۰۶۸، ۱۰۶۹، ۱۰۷۰، ۱۰۷۱، ۱۰۷۲، ۱۰۷۳، ۱۰۷۴، ۱۰۷۵، ۱۰۷۶، ۱۰۷۷، ۱۰۷۸، ۱۰۷۹، ۱۰۸۰، ۱۰۸۱، ۱۰۸۲، ۱۰۸۳، ۱۰۸۴، ۱۰۸۵، ۱۰۸۶، ۱۰۸۷، ۱۰۸۸، ۱۰۸۹، ۱۰۹۰، ۱۰۹۱، ۱۰۹۲، ۱۰۹۳، ۱۰۹۴، ۱۰۹۵، ۱۰۹۶، ۱۰۹۷، ۱۰۹۸، ۱۰۹۹، ۱۱۰۰، ۱۱۰۱، ۱۱۰۲، ۱۱۰۳، ۱۱۰۴، ۱۱۰۵، ۱۱۰۶، ۱۱۰۷، ۱۱۰۸، ۱۱۰۹، ۱۱۱۰، ۱۱۱۱، ۱۱۱۲، ۱۱۱۳، ۱۱۱۴، ۱۱۱۵، ۱۱۱۶، ۱۱۱۷، ۱۱۱۸، ۱۱۱۹، ۱۱۲۰، ۱۱۲۱، ۱۱۲۲، ۱۱۲۳، ۱۱۲۴، ۱۱۲۵، ۱۱۲۶، ۱۱۲۷، ۱۱۲۸، ۱۱۲۹، ۱۱۳۰، ۱۱۳۱، ۱۱۳۲، ۱۱۳۳، ۱۱۳۴، ۱۱۳۵، ۱۱۳۶، ۱۱۳۷، ۱۱۳۸، ۱۱۳۹، ۱۱۴۰، ۱۱۴۱، ۱۱۴۲، ۱۱۴۳، ۱۱۴۴، ۱۱۴۵، ۱۱۴۶، ۱۱۴۷، ۱۱۴۸، ۱۱۴۹، ۱۱۵۰، ۱۱۵۱، ۱۱۵۲، ۱۱۵۳، ۱۱۵۴، ۱۱۵۵، ۱۱۵۶، ۱۱۵۷، ۱۱۵۸، ۱۱۵۹، ۱۱۶۰، ۱۱۶۱، ۱۱۶۲، ۱۱۶۳، ۱۱۶۴، ۱۱۶۵، ۱۱۶۶، ۱۱۶۷، ۱۱۶۸، ۱۱۶۹، ۱۱۷۰، ۱۱۷۱، ۱۱۷۲، ۱۱۷۳، ۱۱۷۴، ۱۱۷۵، ۱۱۷۶، ۱۱۷۷، ۱۱۷۸، ۱۱۷۹، ۱۱۸۰، ۱۱۸۱، ۱۱۸۲، ۱۱۸۳، ۱۱۸۴، ۱۱۸۵، ۱۱۸۶، ۱۱۸۷، ۱۱۸۸، ۱۱۸۹، ۱۱۹۰، ۱۱۹۱، ۱۱۹۲، ۱۱۹۳، ۱۱۹۴، ۱۱۹۵، ۱۱۹۶، ۱۱۹۷، ۱۱۹۸، ۱۱۹۹، ۱۲۰۰، ۱۲۰۱، ۱۲۰۲، ۱۲۰۳، ۱۲۰۴، ۱۲۰۵، ۱۲۰۶، ۱۲۰۷، ۱۲۰۸، ۱۲۰۹، ۱۲۱۰، ۱۲۱۱، ۱۲۱۲، ۱۲۱۳، ۱۲۱۴، ۱۲۱۵، ۱۲۱۶، ۱۲۱۷، ۱۲۱۸، ۱۲۱۹، ۱۲۲۰، ۱۲۲۱، ۱۲۲۲، ۱۲۲۳، ۱۲۲۴، ۱۲۲۵، ۱۲۲۶، ۱۲۲۷، ۱۲۲۸، ۱۲۲۹، ۱۲۳۰، ۱۲۳۱، ۱۲۳۲، ۱۲۳۳، ۱۲۳۴، ۱۲۳۵، ۱۲۳۶، ۱۲۳۷، ۱۲۳۸، ۱۲۳۹، ۱۲۴۰، ۱۲۴۱، ۱۲۴۲، ۱۲۴۳، ۱۲۴۴، ۱۲۴۵، ۱۲۴۶، ۱۲۴۷، ۱۲۴۸، ۱۲۴۹، ۱۲۵۰، ۱۲۵۱، ۱۲۵۲، ۱۲۵۳، ۱۲۵۴، ۱۲۵۵، ۱۲۵۶، ۱۲۵۷، ۱۲۵۸، ۱۲۵۹، ۱۲۶۰، ۱۲۶۱، ۱۲۶۲، ۱۲۶۳، ۱۲۶۴، ۱۲۶۵، ۱۲۶۶، ۱۲۶۷، ۱۲۶۸، ۱۲۶۹، ۱۲۷۰، ۱۲۷۱، ۱۲۷۲، ۱۲۷۳، ۱۲۷۴، ۱۲۷۵، ۱۲۷۶، ۱۲۷۷، ۱۲۷۸، ۱۲۷۹، ۱۲۸۰، ۱۲۸۱، ۱۲۸۲، ۱۲۸۳، ۱۲۸۴، ۱۲۸۵، ۱۲۸۶، ۱۲۸۷، ۱۲۸۸، ۱۲۸۹، ۱۲۹۰، ۱۲۹۱، ۱۲۹۲، ۱۲۹۳، ۱۲۹۴، ۱۲۹۵، ۱۲۹۶، ۱۲۹۷، ۱۲۹۸، ۱۲۹۹، ۱۳۰۰، ۱۳۰۱، ۱۳۰۲، ۱۳۰۳، ۱۳۰۴، ۱۳۰۵، ۱۳۰۶، ۱۳۰۷، ۱۳۰۸، ۱۳۰۹، ۱۳۱۰، ۱۳۱۱، ۱۳۱۲، ۱۳۱۳، ۱۳۱۴، ۱۳۱۵، ۱۳۱۶، ۱۳۱۷، ۱۳۱۸، ۱۳۱۹، ۱۳۲۰، ۱۳۲۱، ۱۳۲۲، ۱۳۲۳، ۱۳۲۴، ۱۳۲۵، ۱۳۲۶، ۱۳۲۷، ۱۳۲۸، ۱۳۲۹، ۱۳۳۰، ۱۳۳۱، ۱۳۳۲، ۱۳۳۳، ۱۳۳۴، ۱۳۳۵، ۱۳۳۶، ۱۳۳۷، ۱۳۳۸، ۱۳۳۹، ۱۳۴۰، ۱۳۴۱، ۱۳۴۲، ۱۳۴۳، ۱۳۴۴، ۱۳۴۵، ۱۳۴۶، ۱۳۴۷، ۱۳۴۸، ۱۳۴۹، ۱۳۵۰، ۱۳۵۱، ۱۳۵۲، ۱۳۵۳، ۱۳۵۴، ۱۳۵۵، ۱۳۵۶، ۱۳۵۷، ۱۳۵۸، ۱۳۵۹، ۱۳۶۰، ۱۳۶۱، ۱۳۶۲، ۱۳۶۳، ۱۳۶۴، ۱۳۶۵، ۱۳۶۶، ۱۳۶۷، ۱۳۶۸، ۱۳۶۹، ۱۳۷۰، ۱۳۷۱، ۱۳۷۲، ۱۳۷۳، ۱۳۷۴، ۱۳۷۵، ۱۳۷۶، ۱۳۷۷، ۱۳۷۸، ۱۳۷۹، ۱۳۸۰، ۱۳۸۱، ۱۳۸۲، ۱۳۸۳، ۱۳۸۴، ۱۳۸۵، ۱۳۸۶، ۱۳۸۷، ۱۳۸۸، ۱۳۸۹، ۱۳۹۰، ۱۳۹۱، ۱۳۹۲، ۱۳۹۳، ۱۳۹۴، ۱۳۹۵، ۱۳۹۶، ۱۳۹۷، ۱۳۹۸، ۱۳۹۹، ۱۴۰۰، ۱۴۰۱، ۱۴۰۲، ۱۴۰۳، ۱۴۰۴، ۱۴۰۵، ۱۴۰۶، ۱۴۰۷، ۱۴۰۸، ۱۴۰۹، ۱۴۱۰، ۱۴۱۱، ۱۴۱۲، ۱۴۱۳، ۱۴۱۴، ۱۴۱۵، ۱۴۱۶، ۱۴۱۷، ۱۴۱۸، ۱۴۱۹، ۱۴۲۰، ۱۴۲۱، ۱۴۲۲، ۱۴۲۳، ۱۴۲۴، ۱۴۲۵، ۱۴۲۶، ۱۴۲۷، ۱۴۲۸، ۱۴۲۹، ۱۴۳۰، ۱۴۳۱، ۱۴۳۲، ۱۴۳۳، ۱۴۳۴، ۱۴۳۵، ۱۴۳۶، ۱۴۳۷، ۱۴۳۸، ۱۴۳۹، ۱۴۴۰، ۱۴۴۱، ۱۴۴۲، ۱۴۴۳، ۱۴۴۴، ۱۴۴۵، ۱۴۴۶، ۱۴۴۷، ۱۴۴۸، ۱۴۴۹، ۱۴۵۰، ۱۴۵۱، ۱۴۵۲، ۱۴۵۳، ۱۴۵۴، ۱۴۵۵، ۱۴۵۶، ۱۴۵۷، ۱۴۵۸، ۱۴۵۹، ۱۴۶۰، ۱۴۶۱، ۱۴۶۲، ۱۴۶۳، ۱۴۶۴، ۱۴۶۵، ۱۴۶۶، ۱۴۶۷، ۱۴۶۸، ۱۴۶۹، ۱۴۷۰، ۱۴۷۱، ۱۴۷۲، ۱۴۷۳، ۱۴۷۴، ۱۴۷۵، ۱۴۷۶، ۱۴۷۷، ۱۴۷۸، ۱۴۷۹، ۱۴۸۰، ۱۴۸۱، ۱۴۸۲، ۱۴۸۳، ۱۴۸۴، ۱۴۸۵، ۱۴۸۶، ۱۴۸۷، ۱۴۸۸، ۱۴۸۹، ۱۴۹۰، ۱۴۹۱، ۱۴۹۲، ۱۴۹۳، ۱۴۹۴، ۱۴۹۵، ۱۴۹۶، ۱۴۹۷، ۱۴۹۸، ۱۴۹۹، ۱۵۰۰، ۱۵۰۱، ۱۵۰۲، ۱۵۰۳، ۱۵۰۴، ۱۵۰۵، ۱۵۰۶، ۱۵۰۷، ۱۵۰۸، ۱۵۰۹، ۱۵۱۰، ۱۵۱۱، ۱۵۱۲، ۱۵۱۳، ۱۵۱۴، ۱۵۱۵، ۱۵۱۶، ۱۵۱۷، ۱۵۱۸، ۱۵۱۹، ۱۵۲۰، ۱۵۲۱، ۱۵۲

کے لئے بھید مفید ہیں۔

جن چھوٹے بچوں کی ٹانگیں کمزور ہوں اس کے تیل کی مالش کرنے سے
ٹانگیں مضبوط ہو جاتی ہیں۔ اس کی تاثیر گرم معتدل ہے اور اس کے درخت شام
و دیگر ممالک میں پائے جاتے ہیں۔

کدو

کدو سبز لویں میں ایک بہترین سبزی ہے۔ زود ہضم ذائقہ میں لذیذ
اور خواص و تاثیر کے اعتبار سے فائدہ مند ہے۔ کدو کی تین قسمیں ہیں
۱۔ (گول کدو) یہ گول ہوتے ہیں، ۲۔ (گول کدو) یہ گول ہوتے ہیں، ۳۔ پھول
کدو، اس کو پیٹھا کدو بھی کہتے ہیں۔ اور موخر الذکر زیادہ تر میٹھائی بنانے میں کام
آتا ہے اور اس کی میٹھائی بنتی ہے جس کو پیٹھے کا حلہ بھی کہتے ہیں، لوکی اور گول کدو
کا سالن پختا ہے، لوکی کدو اور گول کدو ذائقہ اور فائدہ کے اعتبار سے ایک ہی
جیسی خاصیت رکھتے ہیں۔ کدو سے کئی قسم کا سالن پکایا جاتا ہے، کدو گوشت، لوکی
قیمہ، چنے کی دال میں کدو، لوکی کا رائتہ وغیرہ وغیرہ۔ اس کے بیج بڑے فائدہ
مند ہیں لیکن یہاں صرف (لوکی) کدو کا ذکر مقصود ہے۔ لوکی کدو اور گول کدو کا
مزاج معتدل ہے۔ کدو (لوکی) گول کدو کے استعمال کے بارے میں ارشاد حضرت
پیغمبر اکرم ﷺ ملاحظہ فرمائیے۔

۹۴ اِذَا اتَّخَذَ أَحَدُكُمْ مِرْقًا فَلْيَكْسِرْ فِيهِ
الدَّبَاءَ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الدِّمَاغِ وَالْعَقْلِ
جب تم سے کوئی سالن کھاؤ تو اس میں کدو ڈالو کیونکہ وہ عقل و دماغ
کو بڑھاتا ہے۔

۹۳ كُلُّ الْيَقْطِينِ فَلَوْ عَلِمَ اللَّهُ سُجَابَهُ
شَجَرَةٌ أَخَفَّ مِنْ هَذِهِ أَتَسْتَمَاعِلَىٰ أَخِي يُوسُفَ
کدو کھایا کرو۔ پس اگر خدا کے نزدیک اس سے نرم کوئی چیز ہوتی
تو وہ میرے بھائی یوسف کے لئے پیدا کرتا۔

۹۲ حَلِيٌّ كَدُّ بِالْقَرْعِ فَإِنَّهُ يَزِيدُ فِي الدِّمَاغِ
تم پر لازم ہے کہ کدو کھایا کرو، پس وہ دماغ کو بڑھاتا ہے۔
۹۵ مَنْ أَكَلَ الدَّبَاءَ بِالْعَدَمِ دَقَّ قَلْبُهُ عِنْدَ
ذِكْرِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ وَزَادَ فِي جَمَاعِهِ
إِذَا طَبَخْتُمْ فَأَكْثَرُوا الْقَرْعَ فَإِنَّهُ
يُسِّرُ الْقَلْبَ الْخُزْنِ

جس نے کدو مسور کی دال کے ساتھ کھایا تو اس کا دل نرم ہو جائے
گا (خسفا) ذکر خدا کے وقت جب تم کچھ پکاؤ تو کدو زیادہ پکایا
کر دو کیونکہ یہ غمگین دل کو سرور عطا کرتا ہے۔

حلیۃ المتقین میں ہے کہ آنحضرت ﷺ امیر المؤمنین علیہ السلام کو وصیت

اہم جز ہے۔ پیاز غذائی فوائد کے علاوہ دوائی اثرات بھی رکھتی ہے۔ دوائی بیماریوں سے محفوظ کھیتی ہے اور زہریلے اثرات سے بچاتی ہے۔ نزلہ زکام میں سونگھنے سے زکام نکل جاتا ہے۔ کوٹوں کے موسم میں اس کا استعمال اور سونگھنا لوگنے سے بچاتا ہے۔ پیاز کے بے میں آج سے چودہ سو برس پہلے آنحضرتؐ نے اور سارے بارہ سو سال پہلے حضرت امام جعفر صادقؑ نے جو فوائد بیان کئے ہیں وہ ملاحظہ ہوں۔

ارشاد حضرت ختمی مرتبتؐ ہو رہا ہے۔

۹۲ زَيْتُونُ أَمْوَإِدٍ كُمْ بِالْبَقْلِ

”اپنے دسترخوانوں کو سبزیوں سے زیت دو۔“

۹۴ اِذَا دَخَلْتُمْ بَلَدًا فَكُلُوا مِنْ بَقْلِهِ وَ

بَصَلَهُ يَطْرُدَ عَنْكُمْ دَائَةَ وَيَذْهَبُ

بِالنَّصَبِ وَيَشُدُّ الْعَصَبَ وَيَزِيدُ فِي

الْبَاءِ وَيَذْهَبُ بِالْحَمَى

جب تم کسی نئے شہر میں جاؤ تو وہاں کی سبزی و پیاز کھالیا کرو وہ

تمہیں تبدیلی مکان کی وجہ سے ہونے والے درد و مرض سے بچائے

گا۔ اعصاب کو مضبوط کر کر بڑھائے گا اور بخار سے بچائے گا

۹۸ اِذَا دَخَلْتُمْ بَلَدًا فَكُلُوا مِنْ بَصَلِهَا

يَطْرُدُ عَنْكُمْ دَبَاؤَهَا

”جب تم کسی شہر میں پہنچو تو وہاں کی پیاز کھا لو تاکہ وہاں کی دباؤ تم سے

دور کر دے“

فرمائی کہ یا علیؑ کدو کھانا لازم سمجھو کہ اس سے دماغ بڑھتا ہے اور عقل زیادہ ہوتی ہے“

☆ طب الصادقؑ میں ہے کہ کدو عقل و دماغ کو بڑھاتا ہے اور دردِ قولنج کے واسطے مفید ہے، یرقان کو بھی فائدہ دیتا ہے۔ قوائے جسم انسانی کے لئے باعثِ استحکام ہے، صفر کو تسکین دیتا ہے۔ مزاج اس کا سرد و تر ہے۔

☆ حضرت امام جعفر صادقؑ کا ارشاد ہے کہ اپنے سالن میں کدو زیادہ استعمال کیا کرو کیونکہ یہ دماغ و عقل کی قوت میں زیادتی پیدا کرتا ہے۔

☆ یہ پہلے ہی بیان کیا جا چکا ہے کہ لوکی کا سالن لذیذ و خوشش ذائقہ ہوتا ہے دوسری خوبی اس میں یہ ہے کہ یہ دوسری سبزیوں کی بانبیت اس کا سالن جلدی پک جاتا ہے۔

☆ جگر و معدہ کی گرمی والے افراد کچا لوکی لے کر پاؤں کے تلوؤں پر ملتے ہیں اس سے جگر کی گرمی دور ہو جاتی ہے۔

پیاز

پیاز روزمرہ کے استعمال میں آنے والی ایک عام چیز ہے اور سالن کا ایک اہم جز ہے۔ پیاز غذائی فوائد کے علاوہ دوائی اثرات بھی رکھتی ہے۔ دوائی بیماریوں سے محفوظ کھیتی ہے اور زہریلے اثرات سے بچاتی ہے۔ نزلہ زکام میں سونگھنے سے زکام نکل جاتا ہے۔ کوٹوں کے موسم میں اس کا استعمال اور سونگھنا لوگنے سے بچاتا ہے۔ پیاز کے بے میں آج سے چودہ سو برس پہلے آنحضرتؐ نے اور سارے بارہ سو سال پہلے حضرت امام جعفر صادقؑ نے جو فوائد بیان کئے ہیں وہ ملاحظہ ہوں۔

- جھبلائی ہوئی پیاز کو چھوٹے چھنی پر باندھنے سے چھوٹے چھنی جلد پک جاتے ہیں اور مرلیض کو سکون ملتا ہے۔
- پیاز کے رس کو اگر کشتہ پرین ملا کر پیا جائے بیٹھی ہوئی آواز کھل جاتی ہے۔
- ٹوؤں کے زلزلے میں پیاز ٹوؤں سے محفوظ رکھتی ہے۔
- ان میں چھنی ہو تو جھبلائی ہوئی پیاز کا رس کان میں ڈالنے سے سکون حاصل ہوتا ہے۔
- حرارت میں پیاز کے استعمال سے وبائی امراض سے انسان محفوظ رہتا ہے۔
- پیاز کا مرہم بھی تیار ہوتا ہے جو بہت سے زخموں میں استعمال ہوتا ہے۔

● پیاز کے بارے میں حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام نے ارشاد فرمایا کہ۔
 ” پیاز زمہ کی بو کو پاکیزہ کرتا ہے۔ بلغم کو قطع کرتا ہے جماع کی قوت زیادہ کرتا ہے۔ پھٹوں کو اور پیٹھ کو مضبوط کرتا ہے اور بخار کو توڑتا ہے۔“
 موجودہ دور کی تحقیقات سے یہ معلوم ہوا ہے کہ پیاز میں کیلشیم، فاسفیم، سوڈیم، سلفر، کاربوہائیڈریٹس اور فولاد کا فی مقدار میں پائے جاتے ہیں اور اس کا رس کثیروں کو ہلاک کر دیتا ہے اور اس کا ٹیکہ دق اور رسل کے جراثیم کے لئے مہلک ثابت ہوا ہے۔
 ● طب امام صادق علیہ السلام میں پیاز کے خواص کے بارے میں ارشاد امام علیہ السلام ہے کہ۔ ” پیاز کھاؤ یہ منہ کو پاک رکھتی ہے۔ مسوڑھوں کو مضبوط، آب کم (دمنی) کو زیادہ، طاقت مجامعت کو بڑھاتی ہے، پیاز منہ کو خوشبودار، کمر کو محکم، چہرہ کو سنخشی ہے۔ یہ درد اور مرض کو دفع کرتی ہے، پھٹوں کو مضبوط، طاقت رفتار کو زیادہ اور بخار کو دور کرتی ہے۔ پیاز زنبور یعنی بھڑبھڑا لفظ دیگر ” بریائی“ چھڑکھٹی کے کاٹ لینے پر لگانے پر بہت مفید ہے۔ پیاز نگھ اگر سرکہ میں تر کر کے ناک میں ڈالیں تو کھیر رک جاتی ہے۔“

پیاز کی زمانہ حاضر کے اطباء نے بھی بے انتہا تعریف کی ہے اور اب تو پیاز تقریباً جسٹو غذا بن گئی ہے۔ امام نے اس کے فوائد بارہ سو سال قبل بیان فرمادیئے تھے۔ ۲

۱۔ اکابرین اسلام کا سائنسی شعور
 ۲۔ طب الصادقؑ، ترجمہ مولانا سید علی اختر امروہوی

أَحَدُكُمْ بِهِ ذَكَامًا أَوْ دَمًا مِثْلَ فَلْيَحْدِثْ
اللَّهُ عَلَى الْعَافِيَةِ -

• زکام خدا کے لشکروں میں سے ایک لشکر ہے خدا اسے مرض پر نازل کرتا ہے تاکہ وہ مرض کو بھٹکائے۔

اور فرمایا۔ چار چیزوں سے کراہت نہ کرو اس لئے کہ وہ نفع بخش ہیں۔

• زکام سے کراہت نہ کرو اس لئے کہ وہ جذام سے محفوظ رکھتا ہے۔

• اور پھوڑوں سے کراہت نہ کرو اس لئے کہ وہ برص سے محفوظ رکھتے ہیں۔

• اور آتش بخیم سے کراہت نہ کرو اس لئے کہ وہ اندھا ہونے سے بچاتا ہے۔

• اور کھانسی سے کراہت نہ کرو اس لئے کہ وہ فالج سے بچاتی ہے۔

اور فرمایا۔ ہر آدمی میں دو رگیں ہوتی ہیں، ایک اس کے سر میں جو جذام

پیدا کرتی ہے۔ اور دوسری اس کے جسم میں جو برص پیدا کرتی ہے تو جب سر کی

رگ میحجان میں آتی ہے تو خداوند عالم اس پر زکام کو مسلط کر دیتا ہے تاکہ اس کے

ذریعے سے مرض (مادہ) بہہ جائے اور جب جسم کی رگ میحجان میں آتی ہے تو خداوند

عالم اس پر چوڑوں کو مسلط کر دیتا ہے تاکہ ان کے ذریعے سے مرض بہہ جائے۔ تو اگر تم

میں سے کسی کو زکام یا چھوٹے نعل آئیں تو اسے چاہیئے کہ اپنی عافیت پر خدا کا

شکر ادا کرے۔

مندرجہ بالا حقیقت کہ سامنی دنیا کی ابھی تک رسائی نہیں ہوئی ہے

مکن ہونا۔ علم علی نقی کا سلسلہ پیغمبر اسلام اور خداوند کی ذات تک منہم ہوتا

ہے، بایں قلوب میں کسی قسم کے شک و شبہ کی گنجائش یہ نہیں ہو سکتی

بَعْضُ امْرَاضٍ أَوْ أُنْكِ افَادِيَةٍ

حضرت پیغمبر اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد گرامی ہو رہا ہے۔

الزَّكَامُ جَنْدٌ مِّنْ جُنُودِ اللَّهِ يَبْعَثُهُ

عَلَى الدَّاءِ فَيَنْزِلُهُ — لَا تَكْرَهُوْا

أَرْبَعَةً فَإِنَّهَا نَافِعَةٌ لَا تَكْرَهُوْا الزَّكَامَ

فَإِنَّهُ أَمَانٌ مِّنَ الْجَذَامِ وَلَا تَكْرَهُوْا

الدَّمَامِيلَ فَإِنَّهَا أَمَانٌ مِّنَ الْبَرَصِ وَلَا

تَكْرَهُوْا الرَّمَدَ فَإِنَّهُ أَمَانٌ مِّنَ الْعَمَى

وَلَا تَكْرَهُوْا السَّعَالَ فَإِنَّهُ أَمَانٌ مِّنَ الْفَاجِ

مَا مِنْ أَحَدٍ مِّنْ وَلَدٍ أَدَمَ الْأَوْفِيهِ عُرْقَانٌ

عُرْقٌ فِي رَأْسِهِ يَهْبِجُ الْجَذَامَ وَعُرْقٌ فِي

بَدَنِهِ يَهْبِجُ الْبَرَصَ فَإِذَا هَاجَ عِرْقُ

الَّذِي فِي الرَّأْسِ سَلَطَ اللَّهُ عَلَيْهِ الزَّكَامَ

حَتَّى يُسِيلَ مَا فِيهِ مِنَ الدَّاءِ فَإِذَا هَاجَ

عِرْقُ الَّذِي فِي الْجَسَدِ سَلَطَ اللَّهُ عَلَيْهِ الدَّمَامِيلَ

مِثْلَ حَتَّى يُسِيلَ مَا فِيهِ مِنَ الدَّاءِ فَإِذَا رَأَى

۱۳۴

ممکن ہے کہ آئندہ سائنسی تحقیقات اس حقیقت کا بھی انکشاف کریں۔ لے

۱۰۰ الرِّكَامُ جُذٌّ مِنْ جُنُودِ اللَّهِ يُبْعَثُ

عَلَى الدَّاءِ فَيُزِيلُهُ

رِکام اللہ کے سپاہیوں میں سے ایک سپاہی ہے۔ خدا اس کو مرض

پر ابھارتا ہے اور وہ مرض کو زائل کر دیتا ہے۔

کئی روایتوں میں آیا ہے کہ رِکام کا علاج سنہیں کرنا چاہیے۔

ایک روایت میں آیا ہے کہ چھرتی کا لادنا یعنی کلوغی اور تین رتی کندر

لے کر دونوں کا سفوف بنا کر ناس یا ہلاسل کے طور پر استعمال کریں، رِکام جاتا

رہے گا۔ لے

۱۰۱ الْعِطَاسُ لِلْمَرِيضِ دِلٌّ عَلَى الْعَافِيَةِ

وَرَاحَةُ الْبَدَنِ

چھینک جو ہے وہ دِل ہے بدن کی عافیت و راحت کے لئے۔

حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام کا ارشاد ہے کہ۔

• زیادہ چھینک انسان کو پانچ چیزوں سے محفوظ رکھتی ہے پہل جِذام دوسری

وہ بدبو جو انسان کے منہ اور سانس میں پیدا ہوتی ہے تیسری آنکھ میں پانی

کے اترنے سے محفوظ کرتی ہے چوتھی ناک کی رگوں کو نرم کرتی ہے اور پانچویں

آنکھ میں بال کے نکلنے سے روکتی ہے۔

بعض روایات میں ہے کہ بیماری کے علاوہ چھینک آنے سے سات دن زندگی

لے۔ اکابرین اسلام کا سائنسی شعور، لے تہذیب الاسلام۔

۱۳۵

بڑھ جاتی ہے۔ اسی بنا پر حکم ہے کہ جسے چھینک آئے وہ الحمد للہ یا شکر اللہ

پڑھے اور جو پاس سننے والا موجود ہو وہ یر نکم اللہ کہے تو پھر صاحب چھینک اے

جزاکم اللہ کہے۔

• ہزاروں لاکھوں راز الیے موجود ہیں جن کا سائنسی دنیا میں تصور بھی نہیں پایا

جاتا ہے لیکن قرآن و احادیث صحیحہ میں جن حقائق کا ذکر ہے وہ اپنے مقام پر اعلیٰ

ہیں۔ اگر قرآن و حدیث کی کسی بتائی ہوئی حقیقت پر آج سائنسی تحقیق نہ ہوئی ہو تو اس

حقیقت قرآنی اور حقیقت حدیث میں کسی قسم کا شک و شبہ نہیں آنا چاہیے کیونکہ یہ

علم خدا کی ذات سے متعلق ہے ہم اخذ نتائج میں غلطی کر سکتے ہیں لیکن قرآن و حدیث

صحیحہ کی حقیقت میں کسی قسم کی غلطی کا امکان نہیں ہو سکتا۔ لہذا اگر کسی چیز پر آج سائنسی

تحقیق نہیں ہے تو ہو سکتا ہے آئندہ ہو جائے کیونکہ ابھی سائنس حقائق کا ثبات کے

انکشاف کی ابتدائی منازل میں ہے لے۔

• حدیث صحیحہ میں حضرت امام جعفر صادق سے منقول ہے کہ اولاد آدم میں سے

کوئی بھی شخص ایسا نہیں ہے کہ جس میں دو رگیں نہ ہوں منجملہ ان قدرگوں کے ایک

رگ سر میں ہے جس کی حرکت سے جِذام پیدا ہوتا ہے اور دوسری دھڑ میں ہے جس کی

حکومت سے سفید داغ پیدا ہوتے ہیں جب سر کی رگ کو حرکت ہوتی ہے تو خدا کے تعالیٰ

رِکام کو اس پر مسلط کر دیتا ہے کہ وہ مواد سر کو دفع کرے۔ اور جب بدن کی رگ کو

حکومت ہوتی ہے تو خدا کے تعالیٰ اس پر چھوڑے چھینکوں کو مسلط فرماتا ہے کہ وہ مواد

جسم کو نکال دیں لہذا جس شخص کو رِکام ہو جائے یا پھوڑے چھینک یا نکل آئیں تو

اس شخص کو خدا نے تعالیٰ کا شکر ادا کرنا چاہیے۔

لے۔ اکابرین اسلام کا سائنسی شعور۔

۱۳۷

آسانی سے منتقل ہو جاتے ہیں۔ اور انسان اس موذی مرض میں گرفتار ہو جاتا ہے مختلف ممالک کے اعداد و شمار سے پتہ چلتا ہے کہ تپ دق کی پچاس فیصد سے زائد بیماری کا سبب پانی ملا ہوا دودھ پینے سے ہوتا ہے۔

۱۰۴ اِذَا شَرِبْتُمُ اللَّبَنَ فْتَمَضُّوْا
فَاِنَّ فِيْهِ دُسْمًا

”دودھ پینے کے بعد فوراً کھلی کر لو کیونکہ اس میں چکنائی ہوتی ہے“
وہیے تو کھانا کھانے کے بعد کھلی کرنا اور دانت صاف کرنا صحت کے لئے مفید ضروری ہے لیکن دودھ پینے کے بعد کھلی کرنے کی تاکید آنحضرتؐ نے اس لئے فرمائی ہے کہ دودھ میں جو چکنائی ہوتی ہے وہ دہن میں فوراً مسٹر جاتی ہے اور اس کے جراثیم دہن میں پھیل جاتے ہیں جس کی وجہ سے دہن میں بدبو (گندہ دہن) پیدا ہو جاتی ہے۔ دانتوں اور سوراھوں میں بھی تکلیف پیدا ہو جاتی ہے۔

۱۳۶

مہضراتِ صحت

۱۰۲ كَانَ صَیَّامٌ بِدَفْنِ سَبْعَةِ اَشْيَاءَ مِنَ
الْاِنْسَانِ الشَّعْرَ وَالظُّفْرَ وَالْدَّمَ وَالْحِیْضَ
وَالْمَشِیْمَةَ وَالسِّنَّ وَالْعَلَقَةَ

آنحضرتؐ سات انسان چیزوں کو زمین میں چھپانے کا حکم دیتے ہیں: ۱۔ بال ۲۔ ناخن ۳۔ خون بدن ۴۔ خون حیض ۵۔ نال ۶۔ دانت ۷۔ خون لوٹھرا ۸۔ جسم انسانی سے تعلق رکھنے والی یہ سات چیزیں ایسی ہیں جن سے مختلف بیماریوں کے پھیلنے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ بالخصوص خون بدن، نال اور جسم ہوئے خون کا لوٹھرا، اگر دفن نہ کئے جائیں تو ایک تو ان سے نقص پیدا ہوتا ہے دوسرے ان سے زہریلے مادے جراثیم پھیلتے ہیں اور یہ جراثیم تپ دق، سل، دماغی امراض کا پیش خیمہ بنتے ہیں آنحضرتؐ نے ان بیماریوں کے پھیلنے سے روکنے کے لئے حکم فرمایا ہے کہ ان مندرجہ بالا ساتوں چیزوں کو زمین میں چھپا دیا جائے۔

۱۰۳ كُنْهِی (ص) اَنْ یَّشَابَ اللَّبَنُ بِالْمَاءِ

”آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے دودھ میں پانی ملانے سے منع فرمایا ہے۔“
حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے دودھ میں پانی ملا کر پینے سے منع فرمایا تھا کہ دودھ میں پانی ملا کر پینے سے دانتوں اور عقیقتہً دہن میں بدبو پیدا ہو جاتی ہے۔
بعد اس نتیجہ پر پہنچے ہیں کہ دودھ میں پانی ملانے سے تپ دق کے جراثیم جسم انسانی میں

جنت میں ایک ٹکڑا مخصوص نہ ہو جائے۔

اور جو شخص کسی مریض کی عیادت کے لئے صبح کے وقت آتا ہے اس کے ساتھ ستر ہزار فرشتے نکلتے ہیں اور شام کے آنے تک اُس کے لئے دعا لے مغفرت کرتے رہتے ہیں اور اس کے لئے جنت میں خریف (پھل اور میوؤں کا باغ) مخصوص ہو جاتا ہے ۱۰

آنحضرتؐ کی ایک اور حدیث ملاحظہ ہو جس کے راوی حضرت ابی موسیٰ الاشعریؓ ہیں حضرت ابی موسیٰ اشعری رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ فرمایا اللہ کے رسول صلی اللہ علیہ وسلم نے۔

۱۰۶ اَطْعِمُوا الْجَائِعَ وَاعْوِذُوا الْمَرِيضَ

”بھوکے کو کھانا کھلاؤ اور مریض کی عیادت کرو“ (بخاری شریف)

حضرت صادق آل محمدؑ کا ارشاد ہے کہ ”تین آدمیوں کی دعا ضرور قبول ہوتی ہے ایک حاجی، دوسرے مجاہد، تیسرے مریض کی۔ اس لئے جب مریض کو عیادت کو جایا جائے تو اُس سے دعا کرائی جائے۔“

حضرت امام موسیٰ کاظمؑ ارشاد فرماتے ہیں کہ ”قیامت کے دن خداوند عالم اپنے بندوں سے جو اپنے برادر مومن کی عیادت کو نہیں جاتے۔ فرمائے گا کہ میں مریض تھا تم نے میری عیادت نہیں کی۔ وہ عرض کرے گا۔ بالک تو تو رب العالمین ہے تجھے بیماری سے کیا تعلق؟ ارشاد رب العزت ہو گا کہ میرا فلاں بندہ بیمار تھا تم نے اس کی عیادت نہیں کی۔ میں اپنی عزت و جلال کی قسم کھا کر کہتا ہوں کہ میں اپنے اس بندہ کے پاس موجود تھا۔ اگر تم آتے تو مجھے اس کے پاس موجود پالتے؟

عیادت مریض

ہر مومن مسلم کا یہ دینی فریضہ ہے کہ جب کوئی مسلمان بھائی بیمار ہو تو اُس کی عیادت کو جائے اور اس کے ساتھ ہمدردی و خلوص کا مظاہرہ کرے۔ اس سلسلے میں حضرت پیغمبر اکرمؐ اور آئمہ طاہرینؑ سے بہت سی احادیث مروی ہیں۔ ارشاد حضرت پیغمبر اکرمؐ ہے کہ جو شخص کسی برادر مومن کی عیادت کے لئے گھر سے نکلتا ہے تو خداوند عالم اُس کو ہر قدم پر ہزاروں حسنت عنایت فرماتا ہے۔ حضرت امیر المومنین علی ابن ابی طالب سے روایت ہے کہ حضرت پیغمبر اکرمؐ نے ارشاد فرمایا کہ۔

۱۰۵ مَا مِنْ رَجُلٍ يَعُودُ مَرِيضًا مُّسِيًّا الْآخِرَ مَعَهُ سَبْعُونَ أَلْفَ مَلِكٍ يَسْتَغْفِرُونَ لَهُ حَتَّى يُصْبِحَ وَكَانَ لَهُ خَرِيفٌ فِي الْجَنَّةِ - وَمَنْ آتَاهُ مُصْبِحًا خَرَجَ مَعَهُ سَبْعُونَ أَلْفَ مَلِكٍ يَسْتَغْفِرُونَ لَهُ حَتَّى يُمِيسِيَ وَكَانَ لَهُ خَرِيفٌ فِي الْجَنَّةِ (سنن ابی داؤد)

”ایسا کوئی شخص جو شام کے وقت کسی مریض کی عیادت کرے اور اس کے ساتھ ستر ہزار فرشتے نکلیں اور صبح تک اس کے لئے دعا لے مغفرت نہ کریں۔ اور اس کے لئے

کی وہ جہنم سے ستر خریف کی مسافت کے برابر دُور ہو گیا۔ (ابوداؤد)

حضرت براء بن عازب رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں:-

أَمْرًا رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

بِعِيَادَةِ الْمَرِيضِ.....

میں رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے حکم دیا مریض کی عیادت کے لئے.....
(متفق علیہ)

حضرت سلی اللہ علیہ وسلم کا ایک ارشاد گرامی اور ملاحظہ کیجئے:-

حضرت ثعبان رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ فرمایا رسول خدا صلی اللہ علیہ وسلم نے

إِنَّ الْمُسْلِمَ إِذَا عَادَ أَخَاهُ الْمُسْلِمَ لَمْ يَزَلْ
فِي غَرْفَةِ الْجَنَّةِ حَتَّى يَرْجِعَ

جب کوئی مسلمان کسی مسلمان بھائی کی عیادت کرتا ہے وہ جب تک واپس نہیں آتا
جنت کی کھڑکی میں رہتا ہے (مسلم و مشکوٰۃ شریف)

۹ عیادت مریض کے سلسلے میں احادیث پیغمبر اکرمؐ اور ائمہ طاہرین کو غوث
طوالت کی بناء پر مختصراً پیش کیا گیا ہے اس سلسلے میں کافی احادیث وارد ہوئی
ہیں۔

علامہ محمد کاظم تحریر فرماتے ہیں کہ مریض کی عیادت سنت موکدہ ہے۔ حدیث
میں ہے کہ مریض کی عیادت خدا کی عیادت کے برابر ہے۔ ہر مریض کے پاس خداوند
عالم موجود ہوتا ہے۔ آپ تحریر فرماتے ہیں کہ عیادت کے لئے رات و دن میں فرق نہیں ہے
جس وقت جی چاہے جاسکتا ہے البتہ سنت ہے کہ صبح یا شام کے وقت عیادت کو جایا
کرے۔ آپ فرماتے ہیں کہ جب مریض کے پاس جلتے تو اس کے پاس بہت دیر نہ بیٹھے
اور اس کی پیشانی یا ہاتھ پر ہاتھ رکھے۔ پھر اس کے بازو پر ہاتھ رکھ کر دعا پڑھے۔ جب
میں کی عیادت کہ مائے تو خوشبودار کوئی چیز یا میوہ وغیرہ اپنے ہمراہ لے جلتے اور اس پر
سات مرتبہ: الحمد للہ پڑھے: بھنکے سلتے کوئی ایسی چیز نہ کھاتے جو اس کے لئے مضر
ہو اور نہ مریض سے کھائے نہ امیش کرے۔ مریض کے ساتھ خوش اخلاقی اور ہمدردی سے
پیش آئے۔ اور اس کا دل بہلائے۔ مریض کے سلتے کوئی اسی بات نہ کہے جس سے
اس کو غصہ آئے۔

مریض کی عیادت اور مزاج پر کسی کے بارے میں مزید چند احادیث ملاحظہ ہوں۔

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے۔

مَنْ تَوَضَّأَ فَخَسَّنَ التَّوَضُّعَ وَعَادَ أَخَاهُ الْمُسْلِمَ

مُحْتَسِبًا بُوعِدَ مِنْ جَهَنَّمَ سَيْرَةَ سَبْعِينَ خَرِيصًا

مذہب کا اور خوب وضو کیا اور اپنے مسلمان بھائی کی عیادت

پہناتے تھے۔ فرمایا اس لئے کہ وہ پیشوا سے اصحاب یسین ہوں گے اور ان لوگوں کو آپ ہی اعمال نامہ ان کے ہاتھوں میں دیں گے اور سب سے بڑی بات یہ ہے کہ رسول کریمؐ دہنے ہاتھ میں پہنتے تھے۔ امام موسیٰ کاظمؑ فرماتے تھے کہ اول وقت نماز پڑھنا، زکوٰۃ دینا۔ برادرانِ مومن کی معاونت کرنا، انہیں اچھے راستے بتانا اور انگشتی دہنے ہاتھ میں پہننا مومن کی علامت ہے۔

● سلمان فارسیؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہؐ نے جناب علیؓ بن ابی طالب سے فرمایا کہ اے علیؓ! اگر مقرب باگاہ خداوندی بننا چاہتے ہو اور یہ خواہش رکھتے ہو کہ جبریلؑ و میکائیلؑ تمہاری ہم نشینی اختیار کریں تو دہنے ہاتھ میں انگشتی پہنا کر دو۔

● علامہ مجلسیؒ بحوالہ السید بن طاووسؒ تحریر فرماتے ہیں کہ معصوم علیہ السلام کا ارشاد ہے کہ انگوٹھی پہننے کے وقت یہ دعا پڑھنی چاہیئے۔

اللَّهُمَّ سَوِّمْنِي بِسَيِّمَةِ الْإِيْمَانِ وَتَوَحَّيْنِي بِتَاجِ الْكِرَامَةِ
وَقَلِّدْنِي حَبْلَ الْإِسْلَامِ وَلَا تَخْلَعْ رِبْقَةَ الْإِيْمَانِ مِنْ عُنُقِي

انگشتی

انگشتی کو بعد العہد سے شرعی حیثیت حاصل ہے۔ انبیاء کرام۔ آئمہ اطہرؑ اور صلحا و عارفین ہمیشہ انگشتی پہنتے تھے۔ چاندی کی انگشتی شرع میں کی نگاہ میں مستحب اور سونے کی حرام اور لوہے کی مکروہ ہے۔ سونے کی انگوٹھی صرف عورتیں پہن سکتی ہیں چاندی کی انگشتی کا استحباب اور لوہے کی انگوٹھی کی کراہت دونوں کے لئے مساوی ہے پیغمبر اسلامؐ فرماتے ہیں کہ جس ہاتھ میں لوہے کی انگوٹھی ہو اُسے میں اچھی نگاہ سے نہیں دیکھتا اور نہ اُسے پسند کرتا ہوں کہ لوہے کی انگوٹھی پہن کر نماز پڑھی جائے۔

● امیر المؤمنین حضرت علیؓ علیہ السلام ارشاد فرماتے ہیں کہ سرور کائناتؐ کا ارشاد ہے کہ انگشتی دہنے ہاتھ میں پہنی چاہیئے۔

● حضرت علیؓ فرماتے ہیں کہ ایک دن جبریلؑ نے کہا کہ جس کے دہنے ہاتھ میں انگوٹھی ہوگی میں قیامت کے دن ک موقع پر اس کا ہاتھ پکڑ کر آپؐ تک پہنچا دوں گا۔

● امام جعفر صادقؑ علیہ السلام فرماتے ہیں کہ کلمہ اور بیچ کی انگلی میں انگشتی پہننے سے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے منع فرمایا ہے۔ آپؐ یہ بھی فرماتے ہیں کہ انگلیوں کے سرے میں انگوٹھی پہننا ممنوع ہے کیونکہ یہ طریقہ قوم لوط کا تھا انگوٹھی انگلیوں کی جڑوں میں پہننا چاہیئے۔

● امام موسیٰ کاظمؑ سے پوچھا گیا کہ حضرت علیؓ دہنے ہاتھ میں انگشتی کیوں

دیا۔ کوئلہ سے لے کر قیمتی جواہرات تک ان پہاڑوں میں موجود ہیں۔

زیر نظر مضمون میں (جمادات) پتھروں سے متعلق تحریر کیا جا رہا ہے کہ ان پتھروں کے جسم انسانی پر کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ دیگر معدنیات اور نباتات و حیوانات کے باطن میں کسی اور موقع پر کیا جائے گا۔

ہمارے یہاں کے ادیبوں اور شاعروں نے سنگدل، پتھردل، سنگ تراش وغیرہ وغیرہ کو محاوروں اور اشعار کی زینت تو ضرور بنایا ہے۔ مگر کبھی محقق نے ان پتھروں پر تحقیق نہیں کی کہ ان پتھروں میں قدرتی کتنے راز پوشیدہ فرماتے ہیں البتہ ان پتھروں پر کچھ نہ کچھ تحقیق اہل مغرب نے کی ہے جو اب ناکافی ہے۔ ضرورت ہے کہ ان پر کچھ اور تحقیق کی جائے۔ پتھروں کی دو قسم ہیں۔ ایک تو عام پتھر اور ایک وہ پتھر جن کا شمار جواہرات میں ہوتا ہے۔ جواہرات ان خوبصورت پتھروں کو کہتے ہیں۔ جو اپنی خصوصیات اور چمک دمک کی بنا پر عام پتھروں سے افضل ہوتے ہیں۔

جواہرات یا پتھر جسم انسانی پر دو طرح سے اثر انداز ہوتے ہیں۔
۱۔ پتھر یا جواہرات بیرونی طور پر جسم انسانی سے مسلسل مِس ہو کر اپنے اثرات ظاہر کرتے ہیں ان کو عام اصطلاح میں بیرونی اثرات یا خارجی اثرات کہا جاتا ہے۔
۲۔ دوا کے طور پر جواہرات کو استعمال کرایا جاتے تو اس کو، دوائیہ اثرات، یا طبی خواص کہتے ہیں۔ یہ پتھر کیمیائی ترکیب سے حل کر کے معدہ کے ذریعہ ہضم ہو کر جسم انسانی پر اپنے اثر کو ظاہر کرتے ہیں۔ حکماء قدیم نے کیمیائی عمل سے جواہرات کو مل کے بطور دوا مریضوں کو استعمال کرنے کا طریقہ وضع کیا۔ اور موجودہ دوا میں بھی غیر ہبات و کشتہ جات بنائے جاتے ہیں۔

جسم انسانی پر پتھر و جواہرات کے اثرات

خالق کائنات نے اس کائنات کی کسی بھی شے کو بلا مقصد خلق نہیں فرمایا۔ ہر شے میں ہزاروں راز پنہاں ہیں۔ خواہ اُس شے کا تعلق جمادات سے ہو خواہ نباتات سے یا حیوانات سے ہر شے میں قادر مطلق نے کچھ نہ کچھ صفات کو مجتمع فرما دیا ہے لیکن مخفی رکھا ہے کہ ذرا انسان اس پر کچھ غور و فکر کر سکے۔ اب یہ انسان کا کام ہے کہ ان اشیاء پر کچھ تحقیق کر کے انسانیت کی خدمت کرے۔ اور قدرت کی عطا کردہ نعمتوں سے خود بھی اور دوسروں کو بھی فائدہ پہنچائے اور اس کائنات کو تسخیر کرے۔ اسی کائنات کو تسخیر کرنے کی ہدایت قرآن مجید فرقان حمید میں موجود ہے اگر انسان سعی کرے اور اپنی توجہ کو مبذول کرے تو اس کائنات کے بے شمار راز سر بستہ کھل جائیں۔

جمادات (پتھروں) سے انسان کو کیا فائدہ ہے؟ ہم نے اس پر کبھی غور و فکر ہی نہیں کیا کہ قدرت کی اس تخلیق کا انسان سے کیا رابطہ ہے یا کیا واسطہ ہے۔ ان بلند و بالا پہاڑوں کو صرف اس لئے خلق نہیں فرمایا کہ انسان ان کی چوٹیوں کو سر کرے بلکہ ان پہاڑوں کو معدنیات کے بے شمار ذخائر کا سرچشمہ قرار

پریشانیوں دور ہوتی ہیں۔

• عقیق کے پائے میں مفصل مضمون آئندہ صفحات میں پیش کیا جا رہا ہے۔

• دہانہ فرنگ کے پینے سے گرفت میں درد نہیں ہوتا بچھری سے نجات

حاصل ہو جاتی ہے۔

• دہانہ فرنگ کے پینے سے ریتہ کے درد میں کمی واقع ہوتی ہے

• لا جورد کے پینے سے قلب کو سکون حاصل ہوتا ہے بخوابی دور ہوتی ہے

• لا جورد کے پینے سے جسم کے مسے کم ہو جاتے ہیں جسم کے

دماغ دھتے دور ہوتے ہیں۔

• یا قوت پینے سے مرض گھٹیا دور ہوتا ہے مرض قلب دفع ہوتا ہے

• یا قوت پینے سے روزگار میں ترقی ہوتی ہے اور قدر و منزلت

بڑھتی ہے ازدواجی زندگی خوشگوار ہوتی ہے

انگوٹھی ایسی بنوانی چاہئے کہ پتھر انگلی سے مس ہو اور پتھر کا بھی اصلی ہونا شرط

ہے۔ پتھر خریدتے وقت اچھی طرح تسلی کر ل جائے۔

مندرجہ بالا سطور میں چند پتھروں کا مختصر تذکرہ کر دیا ہے۔ آئے

دیکھیں کہ آج سے چودہ سو سال پہلے ہادی برحق حضرت محمد مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وسلم

اور ان کے اوصیائے پتھروں کے پائے میں کیا ارشاد فرمایا ہے ملاحظہ ہو آئندہ صفحات

میں تحقیق کا تذکرہ کیا جا رہا ہے اور باقی خواہات و پتھروں کا تذکرہ جلد دوئم میں پیش

کریں گے۔

اس وقت ہم بھی صرف پتھروں کے جسم انسانی پر بیرونی اثرات کا تذکرہ کر رہے ہیں کہ ان پتھروں کے جسم انسانی سے مسلسل مس ہونے پر بیرونی اثرات کس طرح اثر پذیر ہوتے ہیں۔ ملاحظہ فرمائیں۔

جس طرح آج کی میڈیکل سائنس میں یہ امر عیاں ہے کہ کیلشیم کو ہڈیوں کا حصہ بنانے کے لئے وٹامن ڈی، سورج کی روشنی سے ہی اس قابل ہوتا ہے کہ وہ کیلشیم پر اثر انداز ہو کر اسے ہڈیوں کا حصہ بنانے کے قابل بنائے۔ اسی طرح سورج کی شعاعیں جب جسم انسانی پر پڑتی ہیں تو وہ انسان کی قوت و شعور، خصائل و محرکات، خیال و ذہن پر بھی اپنا اثر چھوڑتی ہیں۔ سورج کی یہی "کاسمک شعاعیں" (کاسمک ریڈ) جب پتھروں پر اور جواہرات پر پڑتی ہیں تو مختلف پتھران مختلف شعاعوں سے مختلف رنگ کے شعاعیں اپنے اندر جذب کر لیتے ہیں۔ اور جب انسان اس پتھر کی انگوٹھی کو ہاتھ میں پہنتا ہے تو اس پتھر میں موجود شعاعیں جسم انسانی پر اپنا اثر ظاہر کرتی ہیں بالکل اسی طرح جس طرح ڈاکٹر صاحبان فزیوتھراپی کے ذریعہ "الٹرا وائلٹ" اور "انفراریڈ" شعاعوں سے مریضوں کا علاج کرتے ہیں۔

جسم انسانی سے مسلسل مس ہونے والے جواہرات و پتھر سے کیا فوائد حاصل ہوتے ہیں۔ ان کو مختصر پیش کیا جا رہا ہے تفصیل آئندہ تحریر کریں گے۔

• عقیق کے پینے سے سکون قلب حاصل ہوتا ہے مستقبل مزاجی

پیدا ہوتی ہے۔

• عقیق کے پینے سے غصہ کم آتا ہے۔ دل نرم ہو جاتا ہے۔

• عقیق کے پینے سے سحر و جادو کے اثرات باطل ہوتے ہیں

کو فرحت ہوتی ہے چہرے پر رخ دوزخ نے لگتی ہے۔

اس خوشحالی کی بناء پر اس کا دل زیادہ کام کرنا چاہے گا جب کام زیادہ کرے گا تو اجرت زیادہ ملے گی۔ تو رزق میں وسوسہ پیدا ہوگی اور فقر دور ہو جائے گا۔

• حضرت نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے کسی نے شکایت کی کہ میرا مال راتے میں لٹ گیا۔ فرمایا کہ تو حقیق کی انگوٹھی کیوں نہیں پہنتا کہ وہ ہر بلا سے آدمی کو بچاتی ہے۔

• ایک دوسری حدیث میں ابن مسعودؓ حضرت سے منقول ہے کہ جو شخص حقیق کی انگوٹھی پہنے گا جب تک وہ باغ میں رہے گی کوئی غم اُس کو نہ ہوگا۔

• ایک اور حدیث میں وارد ہے کہ ایک حاکم نے کسی مجرم کی گرفتاری کے لئے سپاہی بھیجے آنحضرتؐ نے اُس کے عزیز و اقارب کو بلا کر فرمایا کہ حقیق کی انگوٹھی اُس کے پاس پہنا دو۔ چنانچہ حکم کی تعمیل کی گئی اور وہ صاف بری ہو گیا۔

• ایک اور حدیث میں فرمایا کہ حقیق کی انگوٹھی پہنو کہ پتھروں میں یہ پہلا پتھر ہے جس نے خدا کی وحدانیت اور یا علیؑ کی امامت کا اقرار کیا۔

• حضرت رسول خدا صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا کہ جو شخص حقیق کی انگوٹھی پہنے گا اُس کی حاجتیں روا ہوگی۔

• ایک اور حدیث میں منقول ہے کہ حضرت جبرئیلؑ حکم رب العالمین حضرت رسالت

۱۔ ۵۱۔ سلامہ المستفیض شہور

۲۔ ۴۳۔ ۵۔ ۶۔ ملتہ المستفیضہ منہور

عقیق

العقیق نفی الفقر

پیغمبر اکرمؐ نے فرمایا۔ عقیق پہننا فقر کو دور کرتا ہے

موجودہ دور کی تحقیقات نے اس ارشاد کی تائید کر دی ہے۔

یورپین ڈاکٹر اسمتھ نے پتھروں کو توڑنے اور ان پر ہیں برس تحقیقات کرنے

کے بعد ایک کتاب لکھی جس کا نام دی پریش اسٹون (The Precious Stone) ہے اس میں وہ لکھتے ہیں کہ جب کسی چٹان پر ایک ہزار برس متوازن سورج

اور چاند چمکتے رہتے ہیں تو اس کے اندر ایک مادہ پیدا ہوتا ہے جو بمنزلہ لطفہ کے ہوتا ہے یہ مادہ سورج سے رنگ اور چاند سے چمک اور ستاروں سے تاثیر لیتا ہے۔ عقیق

جس سے یہ سب سے تاثیر حاصل کرتا ہے وہ جدید یعنی مشتری سیارہ ہے۔ اس سیارہ کی تاثیر یہ ہے کہ اس کی شعاعیں قلب انسانی کے سلیس یعنی مسامات کو کھولتی ہیں جب

انسان حقیق کو ایسی انگوٹھی میں پہنتا ہے جس کے نیچے کا حصہ کھلا ہوا ہو اور یہ پتھر اس کی چھوٹی انگلی سے مس ہو تو مشتری کی کرنیں عقیق کے ذریعے جسم انسانی میں انجیکشن دیتی ہیں

تو اس کا اثر قلب انسانی پر پڑتا ہے جس سے انسان کے دل کے سلیس یعنی مسامات کھل جاتے ہیں تو آکسیجن گیس جو حیات انسانی کے لئے بہت ضروری ہے ان سلیس یعنی مسامات

سے بھر جاتی ہے جس سے وہ مسامات قریب ہو جاتے ہیں اور اس آکسیجن سے قلب انسانی

نے فرمایا مجھے اپنی ذات مقدس کی قسم ہے کہ میں اس ہاتھ کو تیش جہنم سے محفوظ رکھوں گا جس میں عقیق کی انگوٹھی ہوگی۔ بشرطیکہ علی ابن ابی طالب کو دوست بھی رکھتا ہو۔ ۵

• انتہائی سرخ عقیق سید الشہداء حضرت امام حسین علیہ السلام سے منسوب ہے یہی سرخ رنگ کا عقیق قبولیت دعا کا سہارا ہے ۶

• رابعہ رازی سے منقول ہے کہ میں نے حضرت امام زین العابدین علیہ السلام کو عقیق کی انگوٹھی پہنے دیکھا۔ میں نے سوال کیا کہ یا مولایہ کونسا نگینہ ہے؟ آپ نے فرمایا کہ یہ عقیق رومی ہے۔ ۷

• ایک اور حدیث میں منقول ہے کہ ایک شخص کو حضرت امام محمد باقر علیہ السلام کے سامنے لے گئے جس کو بہت سے کوٹے لگے تھے۔ حضرت نے ارشاد فرمایا کہ اس کی عقیق کی انگوٹھی کہاں ہے؟ اگر وہ اس کے پاس ہوتی تو کوٹے نہ لگتا۔ ۸

• حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام سے منقول ہے کہ جتنے ہاتھ دھلکے نے آسمان کی طرف بلند ہوتے ہیں خدا کو اس ہاتھ سے زیادہ کوئی دوست نہیں ہے جس میں عقیق کی انگوٹھی ہو۔ ۹

• حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام ارشاد فرماتے ہیں کہ بقا بلو جواہرات کے عقیق کی انگوٹھی پہن کر نماز پڑھنا چالیس درجہ زیادہ شرف رکھتی ہے۔ یہ نگینہ نفاق کو ختم کرتا ہے۔ حدیث میں عقیق زرد اور سفید کے افعال و خواص

۶۔ کرشمہ قدرت، ۷۔ حلیۃ المتقین، ۸۔ حلیۃ المتقین، ۹۔ حلیۃ المتقین

مآب صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے پاس نے اور عرض کیا کہ پروردگار عالم آپ کو درود و سلام فرماتا ہے اور ارشاد فرماتا ہے کہ انگوٹھی دہانے ہاتھ میں پہنو اور اس کا نگینہ عقیق ہو اور اپنے عم زاد جہاں علی ابن ابی طالب سے کہہ دو کہ وہ بھی انگوٹھی اپنے دہانے ہاتھ میں پہنے اور نگینہ عقیق ہوئے

• ارشاد حضرت ختم المرسلین علیہ الصلوٰۃ وآلہ وسلم ہے کہ میرے لئے بہت سے حضرت جبرئیل علیہ السلام عقیق سرخ لائے تھے۔ مجھے اس کو پہننے کے لئے کہا تھا اور میری امت کو بھی اس کے پہننے کے لئے ارشاد فرمایا تھا۔ ۱۰

• حضرت علی ابن ابی طالب سے منقول ہے کہ اس شخص کی مجرد نماز جس شخص کے ہاتھ میں عقیق کی انگوٹھی ہو اس شخص کی جماعت کی نماز سے بھی جس کے ہاتھ میں عقیق کے سوا اور رنگ کی انگوٹھی ہو چالیس درجے افضل ہے۔ ۱۱

• حضرت علی ابن ابی طالب سے منقول ہے کہ عقیق کی انگوٹھی پہن کر عبادت کرنا ثواب ہے۔ ۱۲

• حضرت علی ابن ابی طالب سے ہی منقول ہے کہ عقیق کی انگوٹھی پہنا سفید ہے

• حضرت سید الشہداء امام حسین علیہ السلام کا ارشاد گرامی ہے کہ حضرت موسیٰ علیہ السلام کو وہ طور پر عبادت مناجات کر رہے تھے۔ دفعتاً آپ کی نظر زمین پر پڑی حق تعالیٰ نے اُن کے چہرہ مبارک کے نور سے عقیق کو پیدا کیا۔ پھر اللہ تعالیٰ نے

۱۔ کرشمہ قدرت، ۲۔ حلیۃ المتقین، ۳۔ کرشمہ قدرت

۴۔ حلیۃ المتقین، ۵۔ حلیۃ المتقین

کتابیات

اس کتاب کو مرتب کرنے میں مندرجہ ذیل کتب سے مدد لی گئی۔

علامہ مجلسی علیہ الرحمہ	حلیۃ المتقین	۱
علامہ طبرسی علیہ الرحمہ	مکام الاخلاق	۲
آقای لفسیر الدین امیر صادقی تهرانی	طب الصادق	۳
استاد کاظمی خلجی (استاد زبان عربی)	طب امام رضا	۴
آقای محمد واصف - قم	طب النبوی	۵
شمس الدین بن ابی بکر	الطب النبوی	۶
محمد اسماعیل بخاری	صحیح بخاری	۷
محمد ابن ماجہ	سنن ابن ماجہ	۸
احمد نسائی	سنن نسائی	۹
ابی داؤد	سنن ابن داؤد	۱۰
ترجمہ، مولانا میر حسن اختر آرموہوی	طب الصادق	۱۱
حکیم مولانا مقبول حسین علی اللہ تعالیٰ	تہذیب الاسلام	۱۲
سید مجتبیٰ لاری (ایران) ترجمہ مولانا روشن علی (میرٹھ)	منہج تمدن کی ایک جھلک	۱۳
ہالیوں مرزا لکھنوی	کرشمہ قدرت	۱۴

سحری خواص

غم اور غصہ کو دور کرتا ہے اس کی انگوٹھی عصمت اور بزرگی کی طرف راغب کرتی ہے اور اسی وجہ سے صوفیائے

کرام اس کی مالا پہنتے تھے۔ اس کی انگوٹھی مزاج کا چڑچڑاپن دور کرتی ہے۔ دنیاوی امور کے لئے اس کا نگینہ معاون ثابت ہوگا اس سے کام کرنے کی صلاحیت زیادہ ہوتی ہے۔ بے اعتمادی، غیر مستقل مزاجی اور حوصلہ کی پستی دور ہوتی ہے۔ دل کا کینہ اور نفاق دور ہوتا ہے۔ مکرو فریب اور شیطانی تصورات دور ہوتے ہیں۔ دشمن پر غلبہ اور دبدبہ قائم ہوتا ہے۔ کہتے ہیں کہ جو شخص کافور کو عقیق کے ساتھ گھس کر ماتھے پر لگا کر حاکم کے سامنے جلے تو حاکم مہربان ہو جائے گا اور مرادیں برآئیں گی۔ المنقریہ پتھر اس معاملہ میں دوسرے پتھروں پر فوقیت رکھتا ہے اس کے سحری خواص اور برکات کی بابت مختلف مذہبی کتابوں میں ذکر آیا ہے۔